

Ruszyły treningi BiegamBoLubię w Lęborku

Utworzono: 04-04-2017

W tym roku trzecia edycja BiegamBoLubię w Lęborku 2017 rozpoczęła się 1 kwietnia na stadionie miejskim przy ul. Kusocińskiego 56. Jak co roku, wszyscy mieszkańcy mają bezpłatny dostęp do stadionu lekkoatletycznego oraz możliwość trenowania pod okiem wykwalifikowanej kadry.

BiegamBoLubię to nie tylko treningi biegowe. Realizowany jest plan ćwiczeń ogólnorozwojowych dla prawidłowego i bezpiecznego biegania lub uprawiania innego sportu. Trenerzy patrzą na biegaczy całościowo, dbają o ich wszechstronność i poprawną technikę. Bieganie uzupełniane jest ćwiczeniami sprawnościowymi, koordynacyjnymi oraz gimnastyką.

Na treningach realizowana jest konkretna, sprecyzowana wcześniej jednostka treningowa. Poziom zajęć dostosowywany jest na bieżąco do potrzeb grupy.

W tym roku akcja trwa od początku kwietnia do 5 listopada – to 33 zabiegane weekendy. Zajęcia odbywają się regularnie, bez względu na pogodę. Wyjątkiem są święta państwowe.

Aktualnie akcja prowadzona jest w 80 lokalizacjach na terenie całej Polski. **Fundacja Wychowania przez Sport** nie spoczywa na laurach i z sezonu na sezon stara się otwierać kolejne stadiony i zachęcać Polaków do podejmowania aktywności fizycznej.

W Lęborku akcję BiegamBoLubię organizuje **Stowarzyszenie KREATIVSPORT**. Treningi odbywają się pod okiem trenerów Aleksandra i Pawła Mazur oraz Małgorzaty Konkol. Przeznaczone są dla osób dorosłych i młodzieży, ale można przyjść z dziećmi, jest dla nich osobny trener.



Organizator:

WYCHOWANIE PRZECZ SPORT

KREATIVSPORT

Partner strategiczny:

Bank Polski

Partnerzy:

CSiR

BiegamBoLubie

ZAPRASZAMY

na bezpłatne zajęcia biegu na stadionie lekkoatletycznym

w KAŻDĄ sobotę o 9:30
zajęcia dla dorosłych i młodzieży

STADION MIEJSKI ul. Kusocińskiego 56

Partnerzy techniczni:

BRUBECH GARDIN

Partner merytoryczny:

enel-sport

Patroni:

Trójka





