



OFERTA SPORTOWO-REKREACYJNA

Ofertę kierujemy do osób „starszych” w różnym przedziale wiekowym od 25 do 99 lat, którzy chcą inaczej niż dotychczas spędzić wolny czas, oderwać się od spraw codziennych i kłopotów związanych ze stresem oraz chcą zrzucić zbędne kilogramy i poczuć się młodziej.

Często trudy życia codziennego, gonitwa za pracą, monotonność są przyczyną zaniedbania własnego zdrowia. Jesteśmy wręcz przekonani, że aktywny wypoczynek sprawi, że znów poczujesz się młodziej, staniesz się pewniejszy siebie a przede wszystkim silniejszy fizycznie i psychicznie.



Jeśli jesteś zainteresowany(a) aktywnym spędzeniem wolnego czasu ta oferta jest skierowana właśnie do Ciebie.

Jest duże zainteresowanie tego typu sportem w innych regionach kraju. Nie chcąc odstawać od innych miast postanowiliśmy właśnie w Sokółce zorganizować zajęcia z boksu osobom „starszym”.

Często wiek paraliżuje i ogranicza w jakimś stopniu przyście do wiekowo młodszej grupy sportowej. Nasza oferta umożliwi Ci spróbowanie czegoś nowego, innego a zarazem ciekawego.

OFERUJEMY PAŃSTWU:

- Profesjonalne podejście do treningu
- Wykwalifikowaną kadrę szkoleniową
- Profesjonalny sprzęt do treningu (worki i gruszki bokserskie, tarcze treningowe, skakanki, materace, sprzęt siłowy)
- Trening na siłowni (m.in. specjalne ćwiczenia dostosowane do prowadzonych zajęć)
- Zajęcia w formie aerobowej z zastosowaniem piłek lekarskich, materacy, skakanek, przyrządów gimnastycznych

- W trakcie treningu zajęcia również z zespołowych gier sportowych (piłka nożna, piłka siatkowa, piłka koszykowa)
- Indywidualną pracę z trenerem
- Profesjonalny instruktaż co do diety i treningu
- Maksimum potu, wysiłku i zadowolenia
- Przyjazną atmosferę

Zajęcia będą się odbywać:

Poniedziałek: 18.30 Środa: 18.00

Kontakt: tel. (+48) 514 993 970, e-mail: tomboxer@o2.pl lub przyjść osobiście na halę Zespołu Szkół

Ogólnokształcących.