



**STOWARZYSZENIE  
NA RZECZ OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH  
„Przystań”**

**Realizuje od 15.07.2015 r. do 20.12.2015 r. projekt pt.**

**„AKTYWNOŚĆ NIEPEŁNOSPRAWNYCH  
- RECEPTĄ NA ZDROWIE DLA SIEBIE I INNYCH”**

**W ramach projektu organizowane będą zajęcia:**

**Pierwszy etap:**

- I - warsztaty zumbi, dla osób z poczuciem rytmu - w każdy wtorek od 21.07 - o godz. 20.00- na boisku szkolnym ul. Kożuchowska lub sala gimnastyczna
- II - treningi sportowe - od 27.07 dwa razy w tygodniu od godz. 16.00 - boisko Orlik przy Zespole Szkół, ul. Kożuchowska lub sala gimnastyczna w razie niepogody
- III - ćwiczenia rehabilitacyjne od 20.07 w poniedziałki i czwartki do końca sierpnia-godziny do ustalenia.
- IV - warsztaty wokalne - od 21.07 we wtorki i czwartki godz. 16.00 do września

*Podsumowaniem tych zajęć będzie organizacja Festynu sportowego dla wszystkich mieszkańców oraz uczestników zajęć w dniu 05.09.2015r. na stadionie miejskim.*

- V - warsztaty nordic walking - od 15.IX do końca października 5 spotkań, w tym wycieczka w góry

**Drugi etap:**

- VI - warsztaty artystyczne - od 15.07 dwa razy w tygodniu do połowy grudnia

*Podsumowaniem tej części projektu będzie organizacja wystawy biennale „Rodziny w góry”*

*Zapisy u organizatorów do 24 lipca.*

Zarząd Stowarzyszenia