

Szkolenie "Nordic Walking"



9.09.2022 nasza szkoła zoorganizowała dla wszystkich chętnych dzieci kurs z chodzenia z kijkami "nordic walking"

Szkolenie przeprowadziła Paulina Ruta prezes Polskiego stowarzyszenia nordic walking. Pomimo niezbyt sprzyjającej aury wszyscy uczestnicy spotkania z entuzjazmem podeszli do wyznaczonych przez prowadzącą zadań: Dobrali odpowiedniej wysokości kijki, odwzorowywali ćwiczenia podczas rozgrzewki. Pod okiem instruktora doskonalili technikę chodzenia z kijkami. Uczniowie, którzy najlepiej przyswoili nowe umiejętności otrzymali nagrody, niespodzianki od organizatora wydarzenia.





Dodana: 12 wrzesień 2022 21:50 Zmodyfikowana: 12 wrzesień 2022 21:57