

Prozdrowotny Sławek

Numer: 2026

Projektodawca: Aneta Adamus

Kategoria projektu: Aktywny mieszkaniec

Szacunkowy koszt projektu: 22 750,00 zł

Projekt "Prozdrowotny Sławek" to cykl zajęć ruchowych - rozciągających i tzw. "zdrowy kręgosłup" adresowany generalnie do grupy docelowej w wieku 40+, ale otwarty dla wszystkich zainteresowanych. Program realizowany będzie 3 razy w tygodniu przez 15 tygodni począwszy od jesieni 2018. Docelowo miejscem zajęć stanie się hala sportowa przy Szkole Podstawowej nr 2 w Wołominie.

Projekt "Prozdrowotny Sławek" ma na celu aktywizację społeczeństwa w wieku 40+ przez cykl zajęć ruchowych służących utrzymaniu dobrego samopoczucia oraz prewencyjnej trosce o stan zdrowia. Adresowany jest do szerokiej grupy docelowej z terenu miasta i gminy Wołomin na zasadach dobrowolności i pełnej dostępności. Przewiduje się 50 miejsc dla chętnych do wzięcia udziału w pełnym cyklu zajęć, które poprowadzi wykwalifikowany trener mający doświadczenie w terapeutycznych zajęciach fitness. Cykl całościowo będzie realizowany na hali sportowej przy Szkole Podstawowej nr 2 w Wołominie. Zajęcia mają odbywać się 3 razy w tygodniu (po 60 min.) przez 15 tygodni w godzinach wieczornych.