

## W Wąbrzeźnie „rozruszają” seniorów

## **W Wąbrzeźnie „rozruszają” seniorów**

Data publikacji

28.07.2020 16:28

**W Wąbrzeźnie zapraszają seniorów do udziału w „Programie zapobiegania**

## **upadkom dla seniorów w województwie kujawsko-pomorskim”.**

Celem programu jest poprawa sprawności fizycznej i wykształcenie nawyku systematycznych ćwiczeń fizycznych uczestników.

Osoby, które ukończyły 60. rok życia i są mieszkańcami Wąbrzeźna będą mogły uczestniczyć w:

- zajęciach podnoszących sprawność fizyczną prowadzonych przez wykwalifikowanego trenera,
- zajęciach promujących aktywność fizyczną.

Zajęcia będą odbywały się od września do listopada 2020 r., 3 razy w tygodniu (czas trwania jednego spotkania – 45 minut).

**Warunkiem uczestnictwa w programie jest złożenie deklaracji uczestnictwa w przedsięwzięciu wraz z klauzulą informacyjną w Wydziale Oświaty, Zdrowia, Kultury, Sportu i Rekreacji Urzędu Miasta Wąbrzeźno, ul. Wolności 18, pokój nr 16, w terminie do 7 sierpnia 2020 r.**

Szczegółowe informacje pod numerem tel. 56 688 45 40.

### **[Więcej informacji.](#)**

Źródło: <https://wabrzezno.com/2020/07/zapraszamy-seniorow-do-udzialu-w-programie-zapobiegania-upadkom-dla-seniorow-w-wojewodztwie-kujawsko-pomorskim/>

Grafika: <https://pixabay.com/pl/>

- [PDF](#)
- [Drukuj](#)
- [Share](#)

- [Więcej aktualności](#)
- [Archiwum aktualności](#)