



Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej

Klub Wodny „Gdańskie Lwy”

Polski Klub Przygody

ZAPRASZA !!!



młodzież szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych na zajęcia sportowo – rekreacyjne: młodzieżowej osady smoczych łodzi !!!



Plan zajęć:

Poniedziałek 19.00 – 20.30 siłownia

Wtorek 19.00 – 20.30 siłownia i ergometr wiosłowy

**Czwartek 19.00 – 20.30 siłownia i ergometr wiosłowy
(pon, wt, czw) przystań wioślarska AWFIS Gdańsk ul. Siennicka 5**

**Sobota 11.00 – 12.30 atletyka terenowa (marszobiegi)
w lesie przy AWFIS Gdańsk ul. K. Górskiego 1**

**Od wiosny zajęcia na wodzie i starty w regatach
oraz start w Mistrzostwach Polski !!!**

Zajęcia prowadzą trenerzy:

Grzegorz Kwiatkowski tel. 0 501 571 456

Artur Czerwiński tel. 0 608 864 006

Gdański Ośrodek Kultury Fizycznej, Al. Grunwaldzka 244, tel. 058 346 03 03

www.gokf.gda.pl