

Przemyski Klub Sportu i Rekreacji Niewidomych i Słabowidzących „Podkarpacie” ogłasza nabór na zajęcia w wioślarstwie halowym na ergometrze. Zajęcia odbywać się będą w Rzeszowie w czwartki godzinach 13.00-15.00. Godziny zajęć mogą ulec zmianie po zamknięciu listy uczestników. Wioślarstwo halowe jest dyscypliną sportową paraolimpijską dlatego docelowo uczestnicy zajęć będą przygotowywani do startów z zawodach krajowych i międzynarodowych. Udział w zajęciach jest nieodpłatny i odbywały się one będą pod kierunkiem instruktora. Z zajęć mogą skorzystać osoby zaliczone do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności z tytułu narządu wzroku dawna I i II grupa inwalidzka.

Zgłoszenia e-mejlem na nr@snstart.pl lub telefonicznie na numer 16 670-24-44, tel. kom. 605-442-715 przyjmowane są w nie przekraczalnym terminie do 9 kwietnia 2014 r. Pierwsze zajęcia organizacyjne odbędą się w dniu 10 kwietnia o godzinie 13.00 w Rzeszowie w Młodzieżowym Domu Kultury ul. Piłsudskiego 25 (na przeciw ZUS).

Zajęcia z wioślarstwa halowego poza sportem podnoszą ogólną kondycję całego organizmu. Szczególnie wskazane są przy schorzeniach kręgosłupa i kończyn dolnych i górnych.

Zapraszamy warto skorzystać