

CENTRUM REKREACJI RUCHOWEJ to propozycja dla mieszkańców aglomeracji śląskiej. To platforma dla ludzi aktywnych stworzona przez Wojewódzki Ośrodek Kultury i Sportu „Stadion Śląski” w Chorzowie.

Każdy, niezależnie od wieku, może bezpłatnie korzystać z odpowiadającej mu formy rekreacji lub rozwijać swoją sportową pasję.

Proponujemy następujące formy rekreacji:

- bieganie pod hasłem: **Biegaj z nami na Stadionie Śląskim**, to okazja do uczestnictwa w zajęciach organizowanych pod okiem doświadczonego i utytułowanego ultramaratończyka Augusta Jakubika. W zajęciach mogą brać udział zarówno początkujący jak i już doświadczeni biegacze. Zajęcia odbywają się w każdy wtorek od godz. 18.00 do 20.00

adres do kontaktu: adam.zajac@stadionslaski.pl

- nordic walking w ramach: **Klubu Nordic Walking**, to forma rekreacji polegająca na marszach ze specjalnymi kijami. To jedna z najbardziej rozwijających się w Polsce form aktywności ruchowej. Zajęcia odbywają się w każdy poniedziałek w godz. 17.30 - 19.00, środę w godz. 16.30 - 18.00 i czwartek w godz. 10.30 - 12.00;

adres do kontaktu: jolanta.fujawa@stadionslaski.pl

UWAGA NOWOŚĆ! OD MAJA 2013!

- speedminton – to najszybsza gra raketowa świata, łącząca w sobie najlepsze cechy tenisa, squasha i badmintona. Głównymi zaletami gry są proste zasady i brak ograniczeń pod względem boiska – można w niego grać na każdym podłożu. Zajęcia odbywają się w czwartki w godz. 17.30 – 19.00;

adres do kontaktu: mariusz.mendala@stadionslaski.pl

lub

w każdym przypadku crr@stadionslaski.pl tel; 32 603 26 02, 32 603 26 80.