

AKTYWNY WEEKEND NA PROGU LATA

W najbliższy weekend miłośnicy aktywności fizycznej nie będą się w Olsztynie nudzić. Jako co tydzień akcja „Olsztyn. Aktywnie!” oferuje im do wyboru kilkanaście różnych zajęć, w których mogą uczestniczyć. Na większość z tych zajęć konieczne są wcześniejsze zapisy.

Już w **piątek (13 czerwca 2014 r.)** o godz. 17.00 adepci **boksu** spotkają się na kolejnym treningu (sala III LO).

W sobotę 14 czerwca 2014 r. jako pierwsi (o godz. 9.00) zajęcia rozpoczną miłośnicy **windsurfingu** (przystań Marina Lounge Club nad jez. Ukiel). Pół godziny później spragnieni adrenaliny mogą wybrać się na **zajęcia w parku linowym** w Lesie Miejskim (Leśny Park Linowy), a o godz. 10.00 rozpocząć trening **strzelectwa sportowego** (Strzelnica LOK).

Dla osób dojrzałych przeznaczone są **zajęcia z cyklu „Senior sport”** o godz. 11.30 (Centrum Edukacji dla Dzieci i Dorosłych „Strefa Rozwoju”), a dla pań – trening **pole dance** o godz. 12.00 (klub fitness „Lejdis Studio”). O tej samej porze wystartują na jezioro Ukiel załogi **smoczych łodzi** (Harcerska Stanica Wodna „Bryza”). Pół godziny później rozpoczną się **zajęcia taneczne dla dzieci i młodzieży „Halo! Tu taniec!”** („Strefa Rozwoju”).

W niedzielę 15 czerwca 2014 r. jako pierwsi (o godz. 7.00) na trasę wyruszą miłośnicy **długich rajdów rowerowych** (zbiórka na dworcu Olsztyn Główny). Trasa ich liczącej ok. 90 km wycieczki pod hasłem „U progu Grunwaldu” wiedzie z Olsztynka przez m.in. Królikowo, Stębark, Dąbrówno, Łogdowo i Waplewo (obowiązuje wpisowe).

O godz. 8.00 rozpoczną ćwiczenia zwolennicy **Tai Chi** (Park Jakubowo, ćwiczenia wzmacniająco-usprawniające Tai Chi Chuan z kijem). Najmłodszy turyści wyruszą na **wycieczkę z cyklu „Zdobynamy Siedmiomilowe Buty”** o godz. 9.00 (zbiórka przez Olsztyńskim Teatrem Lalek, koszt 33 zł). Odwiedzą Muzeum Bitwy pod Grunwaldem, Dylewskie Wzgórza i okolice Jeziora Francuskiego.

O godz. 11.00 chętni do poćwiczenia **jogi** spotkają się w Parku Jakubowo, a **pilatesu** – na Stadionie Leśnym. Natomiast w godz. 12.00-13.00 odbędą się cotygodniowe **zajęcia szkoły golfowej** (Mazury Golf & Country Club w Naterkach). Na **trening siłowy z cyklu „Buduj formę z Fitness Club Athletic”** organizatorzy zapraszają na godz. 18.20.

Szczegółowy program na www.aktywnie.olsztyn.eu.