



Published on *Gmina Potęgowo* (<https://www.potegowo.pl>)

[Strona główna](#) > Propagowanie aktywności fizycznej wśród seniorów

Propagowanie aktywności fizycznej wśród seniorów



08.12.2016

Stowarzyszenie Samorządowe Inicjatyw Lokalnych z Potęgowa już po raz drugi realizuje zadanie publiczne mające na celu rozpropagowanie wśród mieszkańców Gminy aktywności fizycznej.

W zajęciach rekreacyjno - ruchowych, mających na celu poprawę stanu funkcjonowania organizmu, obecnie bierze udział 20 mieszkańców Gminy Potęgowo. Każda z osób weźmie udział w turnusie trwającym 20 dni roboczych. Zajęcia odbywają się w budynku Przychodni Rehabilitacyjnej przy ul. Kościuszki 4a w Potęgowie, a prowadzi fizjoterapeuta Sławomir Strojnowski, przy użyciu profesjonalnego sprzętu. Z okazji Europejskiego Dnia Seniora w dniu 06.12.2016r. na sali GCK w Potęgowie odbyły się zajęcia z gimnastyki rehabilitacyjnej, których celem było nauczenie Seniorów jak redukować dolegliwości bólowe oraz jak poprawić kondycję i ogólną sprawność psychofizyczną. Akcja spotkała się z pozytywnym odbiorem uczestników.

Source URL: <https://www.potegowo.pl/pl/aktualnosc/propagowanie-aktywno%C5%9Bci-fizycznej-w%C5%9Br%C3%B3d-senior%C3%B3w>