



- 1-31 lipca - **baseny OSiR**, 10:00-18:00
- 1-31 lipca - **piłka nożna**, 16:30-20:00
Orlik OSiR, rocz. 2007-19, tel. 514 392 404
- 5,12,26 lipca - **liga mistrzów**. Boisko boczne
16:30 - rocz. 2011 i mł, 18:00 - rocz. 2007 i mł.
- 1,2,5,8,9,12,15,16,22,23,26 lipca - **piłka nożna plażowa**. Boisko piaskowe. 10:00 - rocz. 2013 i mł, 11:00 - 2014 i mł, 16:30 - 2011 i mł, 18:30 - 2007 i mł.
- 3,10,17,24 lipca - **środy lekkoatletyczne**. Stadion OSiR.
16:30 - rocz. 2013 i mł, 18:30 - rocz.2007 i mł.
- 4,11,18,25,30 lipca - **gry 1x1 - król dryblingu**
Boisko boczne. 16:30 - rocz. 2011 i mł, 18:00 - 2007 i mł.
- 4,18,25 lipca - **waterpolo** na basenie
12:30 - wszyscy chętni
- 19 lipca - **rajd rowerowy** na Bachmaty, rocz. 2010 i mł.
- 15 lipca - **gry i zabawy na basenie**
13:00 - wszyscy chętni.
- 15 lipca - **turniej piłki siatkowej plażowej trójek**
16:00 - rocz. 2006 i mł.
- 29 lipca - **wielobój piłkarski**. Stadion OSiR.
16:00 - rocz. 2013, 17:00 - 2014, 18:00 - 2011/12, 19:00 - 2007 i mł.
- 30 lipca - **sprawnościowy tor przeszkód**, boisko piaskowe, 12:00 - rocz. 2013 i mł, 14:00 - 2011 i mł.
- 31 lipca - **otwarty turniej piłki nożnej plażowej**. Boisko piaskowe. 12:00 - rocz. 2013 i mł, 14:00 - 2011/12, 16:00 - rocz. 2007 i mł.
- 10,11,12,15,16,17,18,19 lipca - **treningi MKS Hajnówka**

Kategoria

- Sport

Wakacyjna oferta Ośrodka Sportu i Rekreacji na Lipiec 2024

Data	Grupy wiekowe	Godzina zajęć	Uwagi
01.07.2024 Poniedziałek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej		
	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko piaskowe

02.07.2024 Wtorek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2011 i mł.	13:00 - 14:00	Boisko piaskowe
	Zajęcia z piłki nożnej	Rocznik 2008 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne
		Rocznik 2017 i mł.	16:00 - 17:00	Boisko Orlik
		Rocznik 2018 i mł.	17:00 - 18:00	Boisko Orlik
03.07.2024 Środa	Środy lekkoatletyczne - Wielobój + małe gry - piłka nożna	Rocznik 2013 i mł.	16:30 - 18:00	Stadion OSiR
		Rocznik 2014 i mł.		
	Środy lekkoatletyczne - Wielobój + małe gry - piłka nożna	Rocznik 2011 i mł.	18:30 - 20:00	Stadion OSiR
		Rocznik 2007 i mł.		
	Waterpolo dla wszystkich		12:30 - 14:00	Baseny OSiR
04.07.2024 Czwartek	Turniej piłkarski: Król dryblingu Gry 1x1	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko boczne
		Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne
	Zajęcia z piłki nożnej	Rocznik 2017 i mł.	16:00 - 17:00	Boisko Orlik
		Rocznik 2018 i mł.	17:00 - 18:00	Boisko Orlik
05.07.2024 Piątek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
	Liga Mistrzów - Turniej	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko boczne - piłka nożna
		Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne - piłka nożna
06.07.2024 Sobota				
07.07.2024 Niedziela				
08.07.2024 Poniedziałek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko piaskowe
09.07.2024 Wtorek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko piaskowe
		Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko piaskowe
10.07.2024 Środa	Środy lekkoatletyczne - Wielobój + małe gry - unihokej	Rocznik 2013 i mł.	16:30 - 18:00	Stadion OSiR
		Rocznik 2014 i mł.		
	Środy lekkoatletyczne - Wielobój + małe gry - unihokej	Rocznik 2011 i mł.	18:30 - 20:00	Stadion OSiR
		Rocznik 2007 i mł.		

11.07.2024 Czwartek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej		
	Rocznik 2013 i mł.	12:00 - 13:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2014 i mł.	13:00 - 14:00	Boisko piaskowe
	Turniej piłkarski: Król dryblingu Gry 1x1		
	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko boczne
	Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne
12.07.2024 Piątek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej		
	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
	Liga Mistrzów - Turniej		
	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko boczne
	Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne
13.07.2024 Sobota			
14.07.2024 Niedziela			
15.07.2024 Poniedziałek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej		
	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
	Gry i zabawy na basenie	13:00 - 15:00	Baseny OSiR
	wszyscy chętni		
	Młodzieżowy turniej piłki siatkowej plażowej	16:30 - 19:30	Boiska do siatkówki plażowej
16.07.2024 Wtorek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej		
	Rocznik 2011 i mł.	12:00 - 13:00	Boisko piaskowe
	Zajęcia z piłki nożnej		
Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne	
Rocznik 2017 i mł.	16:00 - 17:00	Boisko Orlik	
Rocznik 2018 i mł.	17:00 - 18:00	Boisko Orlik	
17.07.2024 Środa	Środy lekkoatletyczne - Wielobój		
	+ małe gry - piłka nożna		
	Rocznik 2013 i mł.	16:30 - 18:00	Stadion OSiR
Rocznik 2014 i mł.			
Środy lekkoatletyczne - Wielobój			
+ małe gry - piłka nożna			
Rocznik 2011 i mł.	18:30 - 20:00	Stadion OSiR	
Rocznik 2007 i mł.			
	Waterpolo dla wszystkich	12:30 - 14:00	Baseny OSiR
18.07.2024 Czwartek	Turniej piłkarski: Król dryblingu Gry 1x1		
	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko boczne
	Rocznik 2008 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne
	Zajęcia z piłki nożnej		
	Rocznik 2017 i mł.	16:00 - 17:00	Boisko Orlik
	Rocznik 2018 i mł.	17:00 - 18:00	Boisko Orlik
19.07.2024 Piątek	Rajd rowerowy	9:00 - 15:00	Miejsce docelowe - Dubicze Cerkiewne
20.07.2024 Sobota			
21.07.2024 Niedziela			

22.07.2024 Poniedziałek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej		
	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko piaskowe
23.07.2024 Wtorek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej		
	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2011 i mł.	13:00 - 14:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko piaskowe
	Zajęcia z piłki nożnej		
	Rocznik 2017 i mł.	16:00 - 17:00	Boisko Orlik
	Rocznik 2018 i mł.	17:00 - 18:00	Boisko Orlik
24.07.2024 Środa	Środy lekkoatletyczne - Wielobój		
	+ małe gry - unihokej		
	Rocznik 2013 i mł.	16:30 - 18:00	Stadion OSiR
	Rocznik 2014 i mł.		
	Środy lekkoatletyczne - Wielobój		
	+ małe gry - unihokej		
	Rocznik 2011 i mł.	18:30 - 20:00	Stadion OSiR
	Rocznik 2007 i mł.		
	Waterpolo dla wszystkich	12:30 - 14:00	Baseny OSiR
25.07.2024 Czwartek	Turniej piłkarski: Król dryblingu Gry 1x1		
	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko boczne
	Rocznik 2008 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne
	Zajęcia z piłki nożnej		
	Rocznik 2017 i mł.	16:00 - 17:00	Boisko Orlik
	Rocznik 2018 i mł.	17:00 - 18:00	Boisko Orlik
26.07.2024 Piątek	Zajęcia z piłki nożnej plażowej		
	Rocznik 2013 i mł.	10:00 - 11:00	Boisko piaskowe
	Rocznik 2014 i mł.	11:00 - 12:00	Boisko piaskowe
	Liga Mistrzów - Turniej		
	Rocznik 2011 i mł.	16:30 - 18:00	Boisko boczne
	Rocznik 2007 i mł.	18:00 - 19:30	Boisko boczne
27.07.2024 Sobota			
28.07.2024 Niedziela			
29.07.2024 Poniedziałek	Wielobój piłkarski - test ogólny		
	Rocznik 2013 i mł.	16:00 - 17:00	Boisko główne
	Rocznik 2014 i mł.	17:00 - 18:00	Boisko główne
	Rocznik 2011 i mł.	18:00 - 19:00	Boisko główne
	Rocznik 2007 i mł.	19:00 - 20:00	Boisko główne
30.07.2024 Wtorek	Sprawnościowy tor przeszkód na piasku		
	Rocznik 2013 i mł.	12:00 - 13:30	Boisko piaskowe
	Rocznik 2011 i mł.	14:00 - 15:30	Boisko piaskowe
	Zajęcia z piłki nożnej		
	Rocznik 2017 i mł.	16:00 - 17:00	Boisko Orlik
	Rocznik 2018 i mł.	17:00 - 18:00	Boisko Orlik
	Turniej piłkarski: Król dryblingu Gry 1x1	18:00 - 19:30	Boisko boczne
	Rocznik 2007 i mł.		

	Otwarty turniej piłki nożnej plażowej	
31.07.2024	Rocznik 2013/2014	12:00 - 13:30 Boisko piaskowe
Środa	Rocznik 2011/2012	14:00 - 15:30 Boisko piaskowe
	Rocznik 2007/2010	16:00 - 18:00 Boisko piaskowe

Source URL:

<https://hajnowka.pl/aktualnosc/sport/5396-osrodek-sportu-i-rekreacji-poleca-sie-na-wakacje>