



Urząd Miasta Hajnówka



Kategoria

- Sport

Zostań w domu i ćwicz – Wielobój Siłowy Online - Pod takim hasłem rozpoczęła akcja skierowana do dzieci i młodzieży Szkół Podstawowych z miasta i powiatu hajnowskiego.

Celem jej jest zaktywowanie uczniów do systematycznych ćwiczeń w warunkach domowych. Informacja była skierowana 1 grudnia do Dyrekcji, nauczycieli WF i wychowawców. W rywalizacji mogą uczestniczyć roczniki 2010, 2009, 2008, 2007 i 2006: dziewczęta w dwuboju (przysiady i brzuski klasyczne); chłopcy w trójboju (przysiady, brzuski klasyczne i „pompki”). Zakończenie i podsumowanie tych nietypowych zawodów sportowych nastąpi 23 grudnia 2020 roku. Jeżeli jeszcze nie spróbowałeś, to spróbuj i zgłoś swój akces do nauczyciela WF lub wychowawcy. Nic nie ryzykujesz, bo sprawdzian zaliczasz na lekcji zdalnego nauczania. Sprawdzisz się, podniesiesz swoją sprawność, otrzymasz ocenę z wychowania fizycznego oraz pamiątkowy medal w etui. Plakat i

regulamin dostępny jest na stronach Miasta Hajnówka, Powiatu Hajnowskiego i OSiR Hajnówka.

W linku poniżej znajdują się aktualne tabele punktowe:

Druga edycja rozpocznie się od 20 stycznia 2021 r.

Janusz Ludwiczak

Przewodniczący Powiatowego Szkolnego Związku Sportowego

Załączniki

Tabele punktowe wieloboju siłowego

Source URL: <https://hajnowka.pl/aktualnosc/sport/676-zostan-w-domu-i-cwicz-wieloboj-silowy-online>