

**Zapraszamy wszystkich chętnych na zajęcia sportowo - rekreacyjne, ogólnorozwojowe, treningi:**

**JUDO,**

**AKROBATYKA,**

**GIMNASTYKA SPORTOWA,**

**PARKUR.**

**Zostań Sportowcem !  
Zapisz się na zajęcia.**

**ZAPRASZAMY DZIECI, MŁODZIEŻ I DOROSŁYCH  
OD 4 ROKU !!!**

ÂÂ

Zwinność, gibkość, świetna kondycja fizyczna – to wszystko można zyskać zapisując się na zajęcia sportowe dla dzieci i młodzieży prowadzone przez Klub Sportowy TKKF - Otwock

ÂÂ

ÂÂ

DO KLUBU SPORTOWEGO w OTWOCKU!

KLUB SPORTOWY TKKF - OTWOCK

ogłasza nabór młodych zawodników  
do wszystkich Sekcji Sportowych:

Akrobatyka Sportowa,

Gimnastyka Sportowa,

Parkour, Judo

Już dziś zapraszamy na zajęcia prowadzone pod okiem doświadczonych trenerów.

Przyjdź i trenuj z kolegami! Razem walczyć o sukces sportowy w zawodach !

**Gwarantujemy:**

TRENINGI NA NOWOCZESNYCH ŚCIEŻKACH AKROBATYCZNYCH!

UBEZPIECZENIE NNW

MOŻLIWOŚĆ ZAKUPIENIA KOSZULEK KLUBOWYCH PO PREFERENCYJNYCH, NISKICH CENACH

## FANTASTYCZNĄ PRZYGODĘ W USPRAWNIENIU WŁASNEGO CIAŁA !

Wszelkie informacje i zapisy:

Tel: 501 012 191

mail: [grap22@wp.pl](mailto:grap22@wp.pl)

ZAPRASZAMY

ÂÂ

ÂÂ

Zajęcia odbywają się 2 razy tygodniowo (ÂÂ w m-c 8 godz.)

ÂÂ

Akrobatyka Sportowa należy do grupy sportów gimnastycznych. Ćwiczenia korzystnie wpływają na ogólną sprawność fizyczną. Rozwijają podstawowe zdolności motoryczne człowieka, kształtując cechy takie jak: siła, wytrzymałość, elastyczność, zwinność, skoczność, równowagę, koordynację, precyzję ruchów i wiele innych. Są doskonałym przygotowaniem do uprawiania różnych innych dyscyplin sportowych. Poprawiają sylwetkę i pomagają eliminować wady postawy.

ÂÂ

Profesjonalne przygotowanie do zawodów i osiągania sukcesów od najmłodszych lat.  
Systematyczny trening i praca nad charakterem to to co nas wyróżnia.

ÂÂ

**ZAPRASZAMY na zajęcia FITNESS + ZUMBA + ZDROWY KRĘGOSŁUPÂÂ☐ :-)**

Patrz na str. <http://www.m3fitness.pl>

ÂÂ

**Zajęcia odbywają się w M3 Fitness; ul. Sportowa 3 ; Otwock oraz w MDK Otwock ; ul. Poniatowskiego 10**

ÂÂ

**Nasza oferta obejmuje:**

- treningi modelujące sylwetkę,
- treningi ujędrniające ciało,
- zajęcia poprawiające rzeźbę mięśni,
- zajęcia przyspieszające spalanie tkanki tłuszczowej,
- zajęcia zwiększające wydolność organizmu,
- ćwiczenia poprawiające kondycję, koordynację i sprawność całego ciała

**Z nami poprawisz kondycję i zredukujesz stres!**

ÂÂ

## Nabór do Klubu Sportowego

Poprawiony środa, 07 września 2022 11:44

---

[Call](#) [Send SMS](#) [Call from mobile](#) [Add to Skype](#) You'll need [Skype Credit](#)Free via [Skype](#)