

MIASTO LUBLIN  
zaprasza  
do aktywnego  
spędzenia wakacji



26.06  
-31.08  
2023 R.

**Uczniowski Klub Sportowy SPARTAKUS Lublin** zaprasza dziewczęta i chłopców w wieku 10-15 lat uczących się lub zamieszkujących na terenie Miasta Lublin na **zajęcia rekreacyjno-sportowe połączone z nauką judo**.

W trakcie zajęć:

- gry i zabawy z ukierunkowaniem na sporty walki,
- nauka podstawowych elementów judo - umiejętność upadania, trzymania, rzuty,
- utrwalenie zasad zdrowego żywienia i aktywności fizycznej.

Uczestnicy będą mogli po wakacjach uczestniczyć w zajęciach sportowych organizowanych przez UKS „Spartakus”.

**Terminy:** poniedziałki, środy i piątki w godzinach 18.30-20.00 w okresie od 5 lipca 2023 r. do 4 sierpnia 2023 r.

**Miejsce:** Lublin, ul. Langiewicza 22, budynek B (sala judo) - za halą sportową.

**Zapisy:**

Od dnia 12 czerwca 2023 r. drogą elektroniczną na adres [spartakuslublin@interia.pl](mailto:spartakuslublin@interia.pl) lub przed zajęciami.

**Dodatkowe informacje:** zasady uczestnictwa: dobry stan zdrowia, strój sportowy (ćwiczymy bosy).

Szczegółowe informacje bezpośrednio u organizatora zajęć.

*Zadanie realizowane jest przy pomocy finansowej Miasta Lublin*