

Narodowy Dzień Sportu



[1]

Opis wydarzenia:

Narodowy Dzień Sportu

Ideą akcji jest umożliwienie wszystkim chętnym dostępu do nieodpłatnych, specjalnie przygotowanych treningów w różnych dyscyplinach sportowych. Wybrane szkolenia poprowadzą wybitni polscy sportowcy i olimpijczycy, a jedynym warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie się na wybrany trening poprzez stronę [www](http://www.torun.pl).

Arena Toruń, ul. Bema 73-89

- 3-4.10., godz. 7.00-22.00 Wspinaczkowy Puchar Polski
- godz. 12.00-16.00 Targi Klubów Sportowych
- godz. 12.00-16.00 Festiwal Sportu i Zdrowia

Trzy bloki tematyczne: „Spotkania ze znanymi sportowcami – toruńskimi gwiazdami sportu”; „Pokazy toruńskich klubów sportowych i udział mieszkańców w otwartych treningach”; „Warsztaty z udziałem specjalistów z zakresu psychologii sportu, fizjoterapii, rehabilitacji, zdrowego żywienia”. Podczas Festiwalu przedstawią swoją ofertę toruńskie kluby sportowe, Szkoła Mistrzostwa Sportowego, jednostki oświatowe prowadzące klasy sportowe, instytucje zdrowia, dietetycy, specjaliści udzielający porad z zakresu psychologii sportu. Dla najmłodszych dzieci będzie uruchomiona strefa dziecka z atrakcjami. Organizatorzy zadbali o konkursy z nagrodami, pokazy cheerleaders, iwi. atrakcji

- godz. 12.00-16.00 Udostępnienie siłowni dla mieszkańców

Bezpłatne udostępnienie siłowni, bezpieczne korzystanie z urządzeń sportowych, demonstracja poprawności wykonywania ćwiczeń i porady instruktorów

Międzynarodowe Centrum Spotkań Młodzieży, ul. Łokietka 3

- godz. 10.00-11.00 Joga dla dzieci i rodziców
- godz. 12.00-13.00 Zumba fitness
- godz. 14.00-15.30 Rodzinny Turniej Sportowy

MOSiR Toruń, Hala Tenisowa, ul. Przy Skarpie 4

- godz. 14.00-18.00 Tenis dla najmłodszych

Nauka gry w tenisa dla najmłodszych, zajęcia poprowadzą trenerzy klubu tenisowego, możliwość zapisania dziecka do szkółki tenisowej

MOSiR Toruń, Miniaquapark, ul. Hallera 79

- godz. 10.00-18.00 Nauka pływania

Możliwość szlifowania umiejętności pływackich pod okiem wykwalifikowanych instruktorów (wszystkie grupy wiekowe)

MOSiR Toruń, Lodowisko Tor-Tor, ul. Bema 23/29

- Bezpłatna ślizgawka z możliwością nauki jazdy na łyżwach

Ślizgawka z konkursami i nagrodami, dla chętnych możliwość nauki jazdy na łyżwach (instruktorzy)

MOSiR Toruń, Stadion Miejski, ul. Bema 23/29

- godz. 11.00-14.00 trening lekkoatletyczny

Bieganie, skoki, konkurencje siłowe – trening z udziałem zawodników MKL (wszystkie grupy wiekowe).

MOSiR Toruń, Boisko Orlik 2012 ul. Przy Skarpie 4, ul. Armii Ludowej 47/61, ul. Gagarina 19, ul. Polna 14a, ul. Rydygiera 1-7, ul. Świętopełka 15-25, ul. Świętopełka 15-25, szosa Bydgoska, ul. Ugory

- godz. 11.00-19.00 Gry i zabawy sportowe

Gry i zabawy z piłką – piłka nożna, koszykówka z nagrodami.

Toruński Związek Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej, lasek przy Szkole Podstawowej nr 7, ul. Bema 66

- godz. 8.30-11.00 Nordic walking i ćwiczenia wzmacniające

Propozycja dla osób, które potrzebują motywacji do rozpoczęcia ćwiczeń, chcą zwiększyć swoją aktywność ruchową.

Stowarzyszenie Pływackie NEMO, basen ZSMEiE, ul. Św. Józefa 26

- godz. 12.00 dzieci, młodzież i dorośli; godz. 13.00 dzieci, młodzież i dorośli: Pływaj pięknie bez wysiłku, szybciej i wydajniej

Lekcja pokazowa nauki pływania kraulem metodą TI.

Spółeczna Szkoła Podstawowa i Gimnazjum im. Juliusza Słowackiego, ul. Dziewulskiego 24a

- godz. 9.00-10.00 Biegowa gra planszowa
- godz. 10.00-10.30 oraz 10.30-11.00 - Zaczarowana chusta + Kręć, kręć; Biegnij, skacz, rzucaj + Tour de Pologne; Piłka nożna; Koszykówka

Studio Tańca „Fantom”, ul. Słowackiego 79

- godz. 11.00, 16.00 Taniec na każdą okazję

Pokażemy Wam, na przykładzie najbardziej popularnych współcześnie tańców, idealnie pasujących do współczesnej muzyki, jak taniec jest łatwy i przyjemny.

Bunkier51 - Laser Arena
, ul. Wielki rów 40A

- godz. 10.00-12.00 Rozgrywki w laserowy paintball

Utworzymy 4 drużyny 5 osobowe (łącznie zapiszemy 20 osób) rozegrany zostanie turniej – każda drużyna z pozostałymi (pojedyncza rozgrówka 15 minut) wyłoniona zostanie drużyna zwycięska oraz najlepszy zawodnik turnieju.

Gabinet Bądź Zdrow, ul. Miła 19

- godz. 10.00-14.00 Darmowe zabiegi masujące na łóżku Ceragem

Gracja Lady Fitness, szosa Lubicka 137

- godz. 10.00-14.00 Dzień otwarty w klubie

Bezpłatne korzystanie z zajęć i siłowni harmonogram zajęć i zapisy 56 655-90-02, 509-747-673

Champion Gym&Fitness, ul. Bema 73-89

- godz. 12.00-16.00 Trenuj z mistrzami

Trenuj w Klubie gdzie swoją kondycję zdobywają Mistrzowie (KS Toruń, Katarzynki, Angels i nie tylko).

MTKP Delfin Toruń Pływalnia MOSiR, ul. Bażyńskich 9/17, ul Hallera 79, ul. Wyszyńskiego 1/5

- godz. 8.30-9.30 Trening pływacki (dla dzieci i młodzieży)

Centrum Tańca Gabi, ul. Łyskowskiego 28 Szkoła Podstawowa nr 8 w Toruniu

- godz. 11.00 Zajęcia animacyjno-taneczne dla dzieci

Zajęcia animacyjno-taneczne dla dzieci w wieku 5-12 lat.

Jaskinia solna, ul. Lelewela 18

- godz. 16.00-18.00 Bezpłatne wejście na 45-minutowy seans

Copernicus Toruń Hotel, Bulwar Filadelfijski 11

- godz. 11.00-22.00 Narodowy Dzień Sportu na basenie

20 nielimitowanych czasowo wejściówek na strefę basenową + saun.

Data: 03.10.2015 10:00 — 22:00

Miejsce: różne miejsca Torunia

Organizator: [Fundacja Zwalcz Nude](#) [2]

Strona www imprezy: <http://www.narodowydziensportu.pl> [3]

Kategoria wydarzenia: Sport

Położenie:

Odnosińki:

[1] https://www.torun.pl/sites/default/files/nds_0.jpg

[2] <https://www.torun.pl/pl/fundacja-zwalcz-nude>

[3] <http://www.narodowydziensportu.pl>