

POLECAMY AKCJĘ BIEGAM BO LUBIĘ LAS

Aktywność fizyczna jest niezwykle ważna dla naszego zdrowia, dlatego chcielibyśmy polecić bezpłatne treningi organizowane przez Lasy Państwowe w ramach Biegam Bo Lubię Lasy-ogólnopolska akcja „Trenuj w lesie” . Od 10 października będzie można potrenować w lasach na terenie całego kraju! Otwarte treningi będą odbywać się na terenie wszystkich Regionalnych Dyrekcji Lasów Państwowych, a poprowadzą je wykwalifikowani trenerzy lekkiej atletyki. Treningi będą realizowane przez 11 weekendów, od 10 października aż do 20 grudnia. W najbliższy weekend trening w ramach akcji „Trenuj w lesie” odbędzie się w Nadleśnictwie Zielona Góra, parking przy kąpielisku w Ochli – 10.10.2020r., godz. 9.30. Rozbiegajcie się przed naszym Cross Duathlonem, który odbędzie się już 17 października 2020r.! Więcej informacji o akcji ogólnopolskiej na: biegambolubie-lasy.pl