

## III Lubuski Integracyjny Piknik Olimpiad Specjalnych

To będzie wyjątkowy piknik, jak i wyjątkowi ludzie. Pełni entuzjazmu, ciepła i wytrwałości. Dążący do celu pomimo trudności. Od jutra do czwartku (tj. 18-19.10 br.) uczestnicy III Lubuskiego Integracyjnego Pikniku Olimpiad Specjalnych rozpoczną piknik wypełniony aktywnością i dobrą zabawą pn.: #BądźFit Zielona Góra – Drzonków. W programie m.in.: atrakcje sportowo-rekreacyjne (m.in.: strzelnica laserowa, Nordic Walking, pływalnia, grota solna), zajęcia ruchowe: Zumba i Fitness a także zajęcia integracyjne, konkursy sprawnościowe i prozdrowotne warsztaty kulinarne. Uczestnikom już dziś życzymy udanej zabawy. Planowany program:

18.10.2023 r. 15.00 - 19.00 - Sesja Treningowa – Nordic Walking, Strzelnica, pływalnia, grota solna

19.10.2023 r. 10.00 - Hala Tenisowa – WOSiR- Drzonków 10.15 - I Sesja Treningowa – Nordic Walking, aerobic, strzelnica 10.15 - 13.45 - konkursy sprawnościowe i zabawy 10.15 - 13.45 - gry i zabawy - warsztaty kulinarne (zdrowe koktajle i przekąski) 11.15 - II Sesja Treningowa – Nordic Walking, Aerobic, Strzelnica 12.15 - III Sesja Treningowa – Nordic Walking, Aerobic, Strzelnica 14.00 - Zakończenie Organizatorzy: Oddział Regionalny Olimpiady Specjalne Polska – Lubuskie Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Nowej Soli Zespół Szkół Specjalnych w Zielonej Górze WOSiR – Drzonków Projekt współfinansowany ze środków PFRON.