"ZIMOWA EDYCJA WARSZTATÓW „SILNA GŁOWA, SILNY ZAWODNIK”

Termin: niedziela, 6 grudnia 2026 r.

Miejsce: Publiczna Szkoła Podstawowa nr 2 im. J. Wybickiego, Grójec

Koszt udziału: 100 zł

Wiek uczestników: 8–13 lat

Termin zapisów: do 27 listopada 2026 r. – zgłoszenia przyjmują instruktorzy.

Zapraszamy na kolejną, zimową edycję warsztatów, podczas których uczestnicy będą rozwijać umiejętności mentalne, poznawać sposoby radzenia sobie z emocjami i wzmacniać pewność siebie.

Warsztaty są skierowane do dzieci w wieku 8–13 lat, nie tylko do osób startujących w zawodach.

PLAN WARSZTATÓW

11:00–13:00 – warsztaty, część I

13:00–13:15 – przerwa na przekąskę

13:15–14:15 – warsztaty, część II

14:15–15:15 – trening

CO NALEŻY ZABRAĆ ZE SOBĄ?

- Piłkę tenisową – prosimy, aby każdy uczestnik ją ze sobą zabrał.
- Przekąskę na przerwę – we własnym zakresie.
- Kimono lub strój sportowy oraz ochraniacze – osoby, które je posiadają, prosimy o zabranie ich na trening.