

Szkoła w ruchu!

W sobotni poranek, przy pięknej pogodzie, spotkaliśmy się na marszu Nordic Walking. Na zbiórce stawili się rodzice, uczniowie, nauczyciele wychowania fizycznego oraz Pani Dyrektor. W końcu przykład idzie z góry:). Po rozgrzewce i demonstracji techniki chodu, udaliśmy się w stronę lasu. Wspólnie pokonaliśmy około 5 kilometrów, podczas których obejrzelśmy piękne tereny w pobliżu naszej szkoły, prowadziliśmy rozmowy, a co najważniejsze pokazaliśmy wszystkim, że warto się ruszać. To było ważne wydarzenie w życiu sportowym naszej szkoły, zachęcające do aktywnego spędzania wolnego czasu.



Nordic Walking