



A KŐBÁNYAI ÖNKORMÁNYZAT „SAJÁTTESTSÚLYOS EDZÉS” KÖZÖSSÉGÉPÍTŐ PROGRAMJA, A BARTENDAZ HUNGARY KÖZREMŰKÖDÉSÉVEL.

HELYSZÍNEK ÉS IDŐPONTOK:

2015. 05. 01. / 14:00-16:00	Óhegy park (Halmajális)
2015. 05. 05. / 16:00-17:00	Gyakorló köz
2015. 05. 07. / 16:00-17:00	Vásárló utca
2015. 05. 09. / 10:00-12:00	Újhegy (Fekete István Ált. Isk. előtt)
2015. 05. 12. / 16:00-17:00	Óhegy park
2015. 05. 14. / 16:00-17:00	Újhegy (Fekete István Ált. Isk. előtt)
2015. 05. 16. / 10:00-12:00	Népliget (Streetball Fesztivál)
2015. 05. 19. / 16:00-17:00	Óhegy park
2015. 05. 21. / 16:00-17:00	Gyakorló köz
2015. 05. 23. / 10:00-12:00	Újhegy (Fekete István Ált. Isk. előtt)
2015. 05. 26. / 16:00-17:00	Újhegy (Fekete István Ált. Isk. előtt)
2015. 05. 28. / 16:00-17:00	Óhegy park
2015. 05. 31. / 10:00-12:00	Gyakorló köz
2015. 06. 02. / 16:00-17:00	Vásárló utca
2015. 06. 04. / 16:00-17:00	Újhegy (Fekete István Ált. Isk. előtt)



A foglalkozásokon való részvétel INGYENES! Az edzésekre kényelmes ruházatban és edzőcipőben várunk!
Hozz magaddal törölközőt, ivóvizet.

A rendezvényeken mindenki csak a saját felelősségére vehet részt.



Kedves **KŐBÁNYAI** SPORTBARÁTAIM!



Egyedülálló, ingyenes programsorozatot szervezünk, a mozgást és a sportot kedvelők számára. Májustól júniusig 14 alkalommal különböző helyszíneken várjuk az egyre népszerűbb saját testsúlyos edzés híveit akik profi sportolók útmutatásával dolgoztathatják meg izmaikat, tanulhatják meg a különböző fogásokat és edzésformákat.

Az elmúlt években sokat tettünk a sportolási lehetőségek bővítéséért: ma már Kőbánya minden pontján elérhetőek az ingyenes, szabadtéri eszközök. Kivilágított, korszerű burkolatú futókört építettünk az Óhegy parkban, minden városrészben telepítettünk szabadtéri fitness- és saját testsúlyos edzőparkot. Felújítottuk a parkjainkban elérhető pingpong asztalokat és kosárlabda palánkjainkat.

**VÁRJUK A MOZGÁS SZERELMESEIT, VÁRUNK MINDEN ÉRDEKLŐDŐT!
KELLEMES KIKAPCSOLÓDÁST ÉS JÓ SPORTOLÁST KÍVÁNOK!**

Kovács Róbert
Kőbánya polgármestere

