

Z wikariuszem po zdrowie i krzepę

Napisano dnia: 2017-10-09 20:28:00

Ostatnia aktualizacja dnia: 2017-10-10 09:54:25



MIEDZYLESIE. Pod wodzą wikariusza z miejscowej parafii, księdza **Arkadiusza Raczyńskiego**, grupa młodych międzylesian wzięła udział w pierwszych zajęciach street workoutu. To rodzaj ćwiczeń siłowych prowadzonych na wolnym powietrzu pod dyktando własnego umysłu lub trenera, często w oparciu o te elementy, które znajdują się w pobliżu.



Uzgodniono, że osoby zainteresowane tą nową dyscypliną ruchową będą spotykać się dwa razy w tygodniu: w środy i soboty na terenie starej plebani. Tam, dzięki projektowi pn. "Żyj ekstremalnie", wspartemu pieniędzmi z Funduszu Lokalnego Masywu Śnieżnika, lepiej poznają tajniki street workoutu, który przede wszystkim ma służyć zdrowiu.

(bwb)

Zdjęcia Adam Opaliński