

## **Wysportowani Seniorzy w gminie Kowalewo Pomorskie**

W dniu 20.12.2023 r. odbyło się podsumowanie zajęć, mających na celu ochronę zdrowia poprzez poprawienie sprawności fizycznej osób starszych. W spotkaniu uczestniczyli: p. Jacek Żurawski - Burmistrz Miasta, p. Ilona-Rybicka-Sałatowska - Zastępca Burmistrza, p. Dorota Piątkowska - trenerka, Izabela Wasilewska - koordynator zajęć oraz seniorki, które brały udział w organizowanych ćwiczeniach.

---

Zajęcia o charakterze usprawniającym oraz wzmacniającym mięśnie całego ciała odbywały się od września br. przez okres 3 miesięcy raz w tygodniu po godzinie na sali w Miejsko-Gminnym Ośrodku Kultury im. Wł. St. Reymonta w Kowalewie Pomorskim oraz na Pływalni pod nadzorem Pani trenerki.

Spotkanie przebiegło w bardzo miłej atmosferze, pełnej radości i uśmiechów. Pan Burmistrz podziękował Paniom za udział w zajęciach, Pani Dorocie Piątkowskiej za zaangażowanie oraz złożył wszystkim obecnym gościom najserdeczniejsze życzenia z okazji zbliżających się Świąt Bożego Narodzenia.

