



Miejski program aktywności fizycznej AKTYWNI 50+



**Program aktywności ruchowej pn. Aktywni 50+
realizowany przez Miasto Złotoryja w miesiącu maju 2018
ZŁOTY TYDZIEŃ**

Lp	21.05 Poniedziałek	22.05 Wtorek	23.05 Środa	24.05 Czwartek	25.05 Piątek
1	11:00 Nordic Walking			8:00-10:00 Siłownia	9:00 Nordic Walking
2	17:00 Finał Ligi Tenisa Stołowego Aktywnych 50+ (Hala Sportowa TĘCZA)	17:00 <i>Mistrzostwa Aktywnych 50+ w Płukaniu Złota</i> Fitness Aerobik w terenie <u>Grillowanie</u> (zalew złotoryjski)	16:30 Rajd NORDIC WALKING z Aktywnymi 50+ zakończony grillem (start Hala Sportowa Tęcza)	16:00 Złoty basen (ostatni w sezonie wyjazd na basen do Chojnowa)	17:00 Przemarsz w historycznym Korowodzie ulicami Złotoryi