


RUSZ W MIASTO Z POZDRO! – WROCLAW

<p>20.01.2019, niedziela godz. 9.00-13.00</p>	<p>CrossFit Wrocław, ul. Marcelego Bacciarellego 54</p>	<p>CrossFit Kids – zajęcia sportowe przeznaczone tylko dla uczestników Programu PoZdro! – ZAPRASZAMY CAŁE RODZINY!</p> <p>Szczegóły i zapisy: Karolina Rowgalo-Daniel, Koordynatorka lokalna PoZdro! we Wrocławiu:</p> <p>tel.: + 48 662 065 897</p> <p>e-mail: karolina.rowgalo-daniel@medicover.pl</p> 
<p>Bezterminowo. Zajęcia pokazowe odbywają się w piątki i poniedziałki o 16.00 – 17.30.</p>	<p>ZSP w Wysokiej, hala sportowa</p>	<p>zRęczne Dzieciaki – pokazowe zajęcia piłki ręcznej</p> <p>Sekcja piłki ręcznej kobiet zaprasza wszystkie dzieci do wspólnej zabawy. Uśmiech, zdrowie, przyjaźń, podróże, przygoda i drużyna. To właśnie piłka ręczna. Nie bądź sam, poznaj nowych przyjaciół i baw się. Dołącz do zRęcznych Dzieciaków i przyjdź na próbny trening.</p> <p><u>Wstęp wolny.</u></p> <p>Trenerki: Martyna Michalak: 665 877 597, Beata Skalska: 508 330 171</p>
<p>od 05.11.2018 do 31.03.2019</p> <p>Sky Tower: od 16.01.2019 do 28.02.2019; godz. 10.00 - 20.00</p>	<p>Różne lokalizacje. Lodowisko Sky Tower: Powstańców Śląskich 73/95, 53-332 Wrocław</p>	<p>Lodowiska zapraszają! Wstęp biletowany.</p> <p>Miejsca, szczegóły, godziny otwarcia: https://www.wroclaw.pl/go/wydarzenia/sport-i-rekreacja/33980-lodowiska-we-wroclawiu-1?termin=475673</p> <p>Uwaga: nowe lodowisko w Sky Tower – wstęp wolny, odpłatność za wypożyczenie sprzętu:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wypożyczenie łyżew na godzinę - 8 zł, • kasku - 3 zł • Będzie pobierana kaucja (jednorazowa i zwrotna): za łyżwy – 20 zł, za kask – 15 zł, za łyżwy i kask – 30 zł. <p>Za darmo będzie można także skorzystać z szatni z zamkniętymi na kluczyk szafkami.</p>
<p>10.02.2019, godz. 10.30 – ok. 16.00</p>	<p>Wrocław, ul. Szewska. Marsz odbędzie się w Lesie Mokrzańskim, Wrocław – Leśnica.</p>	<p>II Walentynkowy Marsz Nordic Walking Las Mokrzański</p> <p>Dystans: ok. 10 kilometrów.</p> <p>Dla wszystkich fanów nordic walking - i nie tylko. Dla par i singli, młodzieży i seniorów.</p> <p><u>Wstęp biletowany.</u></p> <p>Zapisy i opłata wpisowa przyjmowane są do 8.02.2019</p> <p>Dzieci i młodzież w wieku 10 -15 lat opłata wpisowa 15 zł.</p> <p>Dorośli opłata wpisowa - 30 zł</p> <p>Szczegóły: http://www.rightway.com.pl/</p>

Szczegółowe informacje na stronie Aquaparku: https://aquapark.wroc.pl/kontakt/	Wrocławski Park Wodny S.A., ul. Borowska 99	Aquapark Wrocław Informacje: https://aquapark.wroc.pl/
w każdą sobotę, godz. 9.30	Stadion AWF Wrocław, al. Ignacego Jana Paderewskiego 35	BiegamBoLubię Bezpłatne zajęcia na bieżniach lekkoatletycznych, pod okiem wykwalifikowanych trenerów. Cotygodniowe spotkania dla tych co biegają, jak również dla początkujących. Szczegóły: www.biegambolubie.com.pl/
w każdą niedzielę, godz. 16.00	Wróblewskiego, Wrocław	Niedzielną ZaZoo Zumba Wstęp wolny. Szczegóły i mapka dojazdu: www.visitwroclaw.eu/wydarzenie/niedzielnazoo-zumba
w każdą sobotę, godz. 9.00	Start i meta są zlokalizowane na wałach koło Jazu Opatowickiego i Wyspy Opatowickiej. Tuż przy ulicy Braci Gieryskich	Bieg Parkrun na dystansie 5 kilometrów z pomiarem czasu organizowany co tydzień przez cały rok Udział w biegu jest bezpłatny. Wymagane jest wcześniejsze dokonanie rejestracji a następnie wydrukowanie i przyniesienie ze sobą nadanego Indywidualnego Kodu Uczestnika. Obowiązuje rejestracja: www.parkrun.pl/wroclaw/
Bezterminowo pn-sob. 10.00 – 22.00 nd 10.00 – 20.00	Park Trampolin Jump World ul. Otmuchowska 15 WROCLAW / Tarnogaj	Park Trampolin Jump World Niezwykle doznania, skoki, różne dyscypliny sportowe, rekreacja i rozrywka z rozmachem gwarantowane. Obowiązkowy wygodny strój i... skarpetki antypoślizgowe / baletki, ich brak = konieczność zakupu na miejscu / 5zł / para. Bilety od 21 zł/osobę. Szczegóły i cennik: www.jumpworld.pl/wroclaw/
Bezterminowo	ul. Wejherowska	Wypróbujcie basen przy ul. Wejherowskiej Szczegóły: www.wroclaw.pl/twg2017/basen-przy-wejherowskiej-znamy-cennik
piątek-niedziela, godz. 10.00-20.00	ul. Grabiszyńska 346	Rodzinne Centrum Golfa City Golf – mini golf. Cennik: mini golf - 20 zł za godzinę / osoba.
Bezterminowo	Stadion Wrocław Aleja Śląska 1	Zwiedzanie na Stadionie Wrocław Możliwe także zwiedzanie z przewodnikiem (osobny cennik). Szczegóły: www.wroclaw.pl/go/wydarzenia/sport-i-rekreacja/30313-zwiedzanie-na-stadionie-wroclaw?termin=199202#terminy

Aktualne wydarzenia sportowe dostępne także na stronach:

www.mcs.wroc.pl, www.visitwroclaw.eu, www.wroclaw.pl, www.go.wroclaw.pl

UWAGA: Przed wyruszeniem na poszczególne wydarzenia należy potwierdzić ich aktualność u organizatorów imprez (np. poprzez stronę internetową wydarzenia). Na niektóre z nich konieczna jest rezerwacja miejsc. Większość wydarzeń jest dostępna bezpłatnie, tylko nieliczne mogą wymagać opłaty - stanowią jedynie propozycję, uczestnictwo w nich jest dobrowolne. PoZdro! :)