

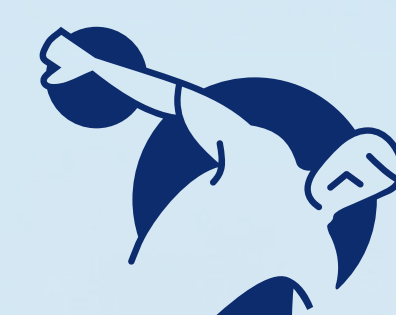


UNIwersYTET
IM. ADAMA MICKIEWICZA
W POZNANIU

FESTYN RODZINNY UAM

4 CZERWCA 2023

GODZ. 15.00-19.00



STUDIUM
WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO
I SPORTU UAM

1. STADION - strefa rodzinna:

- LATINO DANCE – zaprezentuje Nina Horaczyńska
3 tury taneczne po 20 minut każda: I – godz. 15.35, II – godz. 16.15, III – 17.35,
Miejsce: teren zielony na boisku przed sceną, dowolna liczba uczestników w obuwiu sportowym.
- MARSZOBIEG RODZINNY – poprowadzi Łukasz Nowak
2 tury po 30 minut każda: I – godz. 16.00, II – godz. 17.30
Miejsce zbiórki: zielony teren przy kortach tenisowych na stadionie i następnie przejście na leśne tereny Moraska, dowolna liczba uczestników w obuwiu sportowym.
- SPINNING NA WESOŁO – poprowadzi Katarzyna Magdziak
4 rundy treningowe po 20 minut każda: I – godz. 16.00, II – godz. 16.30, III – 17.00, IV – godz. 17.30
Miejsce: teren parkingu przy stadionie lekkiej atletyki, liczba uczestników:
20 osób w jednej rundzie w stroju i obuwiu sportowym.
- „BĄDŹ JAK LEWY” – poprowadzą Alicja Zając i Maciej Palka
Miejsce: boisko do gry w piłkę nożną.
- DISC CHALLENGE – rzut do celu frisbee poprowadzą Piotr Ogarzyński i Jakub Wieczorek
Miejsce: teren zielony przy boisku do gry w piłkę nożną, dowolna liczba uczestników.
- BOCCIA – dyscyplina paraolimpijska – przeprowadzą Fryderyk Musielak, Marta Gębala, Katarzyna Pernak
Miejsce: zielony teren przy siłowni zewnętrznej, dowolna liczba uczestników.
- SZACHY NA PLANSZY – białe/czarne figury szachowe ustawione na planszy na terenie parkingu - opiekun dyscypliny Piotr Szafarkiewicz

2. HALA SPORTOWA - strefa dziecka:

- ZABAWY RUCHOWE DLA DZIECI – poprowadzą Joanna Purat, Karolina Nadolska przy współpracy studentów z WSE. Proponujemy zabawy, które przeprowadzimy na hali sportowej w sektorze I i II.
- JUDO NA WESOŁO W KULACH – poprowadzi Agnieszka Abrahamczyk
Miejsce: hala sportowa w sektorze I i II, podłoga pokryta matami do judo.
Ilość dzieci biorących udział w konkurencji określa opiekun dyscypliny, ćwiczymy boso.

3. HALA SPORTOWA - strefa rodzinna:

- GRA W BADMINTONA – opiekun dyscypliny Maciej Wojciechowski
Miejsce: hala sportowa sektor III, ilość ćwiczących określa opiekun dyscypliny, wymagane obuwanie sportowe.
- RODZINNA SIŁOWNIA – opiekun dyscypliny Dariusz Perkowski
Miejsce: siłownia, ilość ćwiczących określa opiekun dyscypliny, wymagane obuwanie sportowe.
- JOGA RODZINNA – poprowadzi Viola Prusińska
3 sesje jogi po 30 minut każda: I – godz. 15.00, II – 16.00, III – godz. 17.00
Miejsce: hala sportowa I piętro, sala 2S1, ćwiczymy boso.
Liczba osób na sali podczas jednej sesji jogi max. 25.
- AQUA AEROBIK NA WESOŁO – poprowadzi Julia Jóźwiak
3 tury aqua w wodzie po 40 minut każda: I – godz. 15.30, II – godz. 16.30, III – godz. 17.30.
Miejsce: pływalnia uniwersytecka, wymagany strój pływacki, klapki, ręcznik, czepek.
Liczba osób w wodzie podczas jednej tury max. 25.

ZAPRASZAMY!