



WAKACJE Z GOS MSZANA

Czerwiec

- 20.06. – **Szosowe Mistrzostwa Śląska Ze Startu Wspólnego** – 2021 oraz **III Wyścig Kolarski o Puchar Wójta Gminy Mszana** – uczestnikami mistrzostw są zrzeszeni zawodnicy szkółek kolarskich z terenu województwa śląskiego – start o godzinie 11:00 przy scenie plenerowej w Połomi
- 26.06. – **Bezpieczne Granie w Gminie Mszana** – turniej piłkarski drużyn młodzieżowych rocznik 2011 i młodszy na boisku sportowym w Połomi, start o godzinie 9:00

Lipiec

- 01.07. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 02.07. – **gry i zabawy w wodzie dla najmłodszych** - kryta pływalnia – 10:00-12:00
- 05.07. – **wycieczka do Opola** – w programie zwiedzanie Skansenu Wsi, ZOO, Rynku Starego Miasta oraz Amfiteatru
- 06.07. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – park aktywnej rekreacji w Mszanie – 18:30
- 08.07. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 11.07. – **„Między Grzywą a Ogonem” – Zawody Zaprzęgów Konnych w Gogołowej** – w programie zawody w powożeniu zaprzęgami jednokonnymi i parokonnymi, maraton kombinowany z przeszkodami; zajęcia z hipoterapii, jazdy konnej i powożenia; gry i zabawy dla najmłodszych – od godziny 10:00
- 13.07. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – scena plenerowa w Połomi – 18:30
- 14.07. – **Rowerowy tor sprawnościowy** – scena plenerowa w Połomi – dla wszystkich miłośników rowerów, możliwość sprawdzenia swoich sił w pokonaniu toru sprawnościowego na czas. Dla najlepszych zawodników przewidziane nagrody.
- 15.07. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 16.07. – **gry i zabawy w wodzie dla najmłodszych** - kryta pływalnia – 10:00-12:00
- 19.07. – **wycieczka w Beskid Śląski i Żywiecki** – spacer wybranymi szlakami górskimi
- 20.07. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – boisko w Gogołowej przy ul. Okrężnej – 18:30
- 22.07. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 27.07. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – park aktywnej rekreacji w Mszanie – 18:30
- 29.07. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 31.07. – **wyjazd na kajaki**

Sierpień

- 03.08. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – scena plenerowa w Połomi – 18:30
- 05.08. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 06.08. – **gry i zabawy w wodzie dla najmłodszych** - kryta pływalnia – 10:00-12:00
- 07.08. – **Survival – całodzienne zajęcia sportowe na Jurze Krakowsko-Częstochowskiej** – w programie m.in. wspinaczka na ościach wapiennych, pokonywanie parku linowego, zwiedzanie poziomej jaskini, most linowy rozpięty między skałami, zjazdy linowe ze skały około 20 metrów wysokości, zajęcia z orientingu – gra terenowa z mapami i kompasami lub za pomocą odbiorników GPS, survival – rozpalanie ognia, budowanie szałasów, pierwsza pomoc, zajęcia na strzelnicy oraz wiele innych.
- 10.08. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – boisko w Gogołowej przy ul. Okrężnej – 18:30
- 11.08. – **Rowerowy tor sprawnościowy** – park aktywnej rekreacji w Mszanie – dla wszystkich miłośników rowerów, możliwość sprawdzenia swoich sił w pokonaniu toru sprawnościowego na czas. Dla najlepszych zawodników przewidziane nagrody.
- 12.08. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 17.08. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – park aktywnej rekreacji w Mszanie – 18:30
- 19.08. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 20.08. – **gry i zabawy w wodzie dla najmłodszych** - kryta pływalnia – 10:00-12:00
- 24.08. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – scena plenerowa w Połomi – 18:30
- 26.08. – **Aquaerobik** z GOS – godzina 19:00
- 28.08. – **wyjazd na kajaki**
- 31.08. – **Nordic Walking** - zajęcia z instruktorem – boisko w Gogołowej przy ul. Okrężnej – 18:30



**Zarządzamy
Radością**
Gminny Program
Powrotu do Normalności
Mszana 2021





W wakacje w ramach odbudowania swojej sprawności fizycznej po covidzie

- ◆ każdy mieszkaniec Gminy Mszana może zakupić **bilet wstępu na krytą pływalnię** upoważniający do 60 minut korzystania z pływalni + 10 minut technicznych **w cenie 1,00zł** (Obowiązuje do 31.08.2021r.)
- ◆ **Zajęcia z Aquaerobiku** dla mieszkańców Gminy Mszana w cenie 9,00zł (Obowiązuje do 31.08.2021r.)
- ◆ **Zajęcia Nordic Walking** - (zajęcia bezpłatne) cyklicznie w każdy wtorek o godzinie 18:30 według poniższego grafiku:
 - * Mszana – park aktywnej rekreacji – 6; 27 lipca; 17 sierpnia
 - * Połomia – scena plenerowa – 13 lipca, 3; 24 sierpnia
 - * Gogołowa – boisko sportowe przy ul. Okrężnej – 20 lipca; 10; 31 sierpnia
- ◆ **Fitness przed południem** – (zajęcia bezpłatne) porcja ruchu na świeżym powietrzu w rytm muzyki. Pół godziny aktywności fizycznej dla poprawy kondycji i powrotu do formy. Każdy czwartek od czerwca do sierpnia. Godzina 10:00 – scena plenerowa w Połomi, godzina 10:45 – boisko sportowe w Gogołowej, godzina 11:30 – park aktywnej rekreacji w Mszanie

Szczegóły na plakatach i w biurze GOS.



Gminny Ośrodek sportu w Mszanie

Szkolna 17a
44-323 Połomia
32 4760012
737 266 522

www.gosmszana.pl

biuro@gos.mszana.finn.pl



**Zarządzamy
Radością**

Gminny Program
Powrotu do Normalności
Mszana 2021

