

## Kilka słów o projekcie



**Akcja BiegamBoLubie to bezpłatne weekendowe zajęcia na bieżniach lekkoatletycznych w całej Polsce pod okiem wykwalifikowanych trenerów.** W ramach realizowanej akcji zapewniamy cotygodniowe spotkania z trenerami wszystkim chętnym, którzy biegają lub dopiero chcieliby zacząć.

Wszystkie treningi rozpoczynają się od rozgrzewki, natomiast temat głównej części zajęć sportowych realizowany jest na podstawie publikowanych porad treningowych. Przebieg zajęć jest jednak inny w każdym miejscu, zależy to od pomysłu i inwencji prowadzących.

**W Ozimku zajęcia BBL odbywają się w piątki o godz. 18.30 - boisko przy SP3 w Ozimku, ul. Korczaka.**

### Jak dołączyć do BBL?

Jeśli jesteś amatorem biegania i chciałbyś wziąć udział w zajęciach lekkoatletycznych akcji BiegamBoLubie, sprawdź na BiegowejMapiePolski gdzie i kiedy w Twojej miejscowości odbywają się zajęcia. **Po prostu przyjdź !**

**Zobacz nasze działania na:**

