



W drugi weekend czerwca w dębskiej hali sportowej mniejsi oraz więksi miłośnicy królowej sportu- lekkoatletyki szlifowali swoje sportowe umiejętności. To wszystko w ramach letniego Campu Szkoleniowego z LA zorganizowanego przez Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Dębem Wielkim oraz sekcje LA Race Fighter Junior. Koordynatorami wydarzenia byli: Rafał Wtulich, dyrektor GOSiR oraz Olga Gazda, trenerka LA oraz nauczycielka WF w dębskiej Podstawówce.

Uczestnikami weekendowego zgrupowania szkoleniowego była blisko 30 dzieci w wieku młodszym szkolnym, która w zdecydowanej większości na co dzień uczęszczają na zajęcia lekkoatletyczne w sekcjach GOSiR Dębe Wlk. Nasi sportowcy w ubiegły weekend: trenowali, jedli oraz spali w dębskiej hali sportowej- co już samo w sobie stanowiło dla nich nie lada atrakcje.

Program szkolenia szczerze wypełniały zajęcia sportowe. Treningi prowadzili: dyrektor dębskiego GOSiR-u Rafał Wtulich oraz zawodniczka AZS AWF Biała Podlaska Izabela Wiercioch.

Na przestrzeni dwóch dni wykonaliśmy 4 jednostki treningowe nacechowane budowaniem koordynacji ruchowej, kształtowaniu szybkości oraz doskonaleniu poszczególnych elementów podczas biegów sztafetowych.

Wiemy, że nie samym sportem żyje człowiek, Nasi dzielni lekkoatleci podczas zajęć z ASG mieli okazję sprawdzić swoje umiejętności strzeleckie. Była też szansa aby pograć w popularnego ping-ponga. A po intensywnym dniu cała grupa mogła się zrelaksować w ramach wieczorku filmowego.

Lekkoatletyczny Camp Szkoleniowy stanowił doskonałe podsumowanie sezonu treningowego 2021/2022. Uśmiechy dzieci potwierdzają, że warto organizować takie zajęcia i już uspokajamy, że podobną propozycją wyjdziemy na początku kolejnego roku szkolnego.

Już dziś serdecznie zapraszamy do udziału w zorganizowanych zajęciach biegowych dla: przedszkolaków, juniorów oraz dorosłych. Szeroka oferta zajęć sportowych organizowanych przez Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Dębem Wielkim dostępna jest na FB GOSiR Dębe Wlk.

A tych, którzy sportową rywalizację mają we krwi i wyczekują okazji do ścigania zapraszamy do udział w kolejnej Dębskiej Siódemce, Biegu o Puchar Wójta Gminy Dębe Wielkie. W tym roku z przyczyn organizacyjnych święto biegania w gminie Dębe Wielkie odbędzie się we wrześniu 2022 -budujcie formę i bądźcie czujni. Więcej info wkrótce na naszym fanpage na FB 😊

