

Zajęcia sportowe

Zajęcia sportowe :

Sala sportowa przy ul. Broniewskiego 3A w Dusznikach

Poniedziałek

- Grupa Senior, 16:30 - zajęcia bezpłatne, tel. 691-817-342
- Fitness, 17:45 - zajęcia płatne, tel. 691-817-342

Wtorek

- Pilates godzina 18:00, zajęcia płatne, tel. 515-319-429
- Bachata, godzina 18.00, zajęcia płatne, tel. 721-824-758
- Trenuj z nami, 19:30 - zajęcia bezpłatne, tel. 690-324-994

Środa

- Zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci - grupa młodsza, 16.00 - zajęcia płatne, tel. 507-033-494 (PO-NKA)
- Zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci - grupa starsza, 17.00 - zajęcia płatne, tel. 507-033-494
- Joga, 18:00, salka fitness - zajęcia płatne, tel. 530-379-464
- Boks, 18:00, sala sportowa (ul. Sportowa 2) - zajęcia płatne, tel. 785 885 548
- Zumba, 19.15, salka fitness - zajęcia bezpłatne, tel. 604-582-169

Czwartek

- Grupa Senior, 17:30 - zajęcia bezpłatne, tel. 691-817-342
- Trenuj z nami, 19:30 - zajęcia bezpłatne, tel. 690-324-994

Sobota

- Zajęcia ogólnorozwojowe dla dzieci - grupa młodsza, 11.30 - zajęcia płatne, tel. 507-033-494 (PO-NKA)

Piłka nożna dla dzieci, młodzieży i dorosłych na terenie gminy:

- UKS Sokół Duszniki (dzieci), tel. 606-657-306
- LKS Sokół Duszniki (młodzież i dorośli), tel. 725-617-414
- Huragan Podrzewie (młodzież i dorośli), tel. 691-605-287, 669-411-002
- KS Sękowo (młodzież i dorośli), tel. 695-056-088

Siatkówka dla dzieci szkolnych na terenie gminy :

- UKS Spartakus Duszniki, tel. 663-712-630

