



**Magiczny
Kraków**

Zajęcia w Klubie Zapaśniczym Gladiator

2010-07-23

Klub Zapaśniczy Gladiator Kraków zaprasza na zajęcia w wakacje, które są bezpłatne dla nowych chętnych. Może ćwiczyć u nas (wszystkie rodzaje zapasów, a też sumo) zarówno młodzież (już od lat 10 wzwyż - zarówno sport, jak i też tylko rekreacja), jak i rekreacyjnie dorośli (w miarę ich możliwości zdrowotnych i organizacyjnych).

Młody organizm, który trafia na treningi zapaśnicze dostaje silny bodziec ogólnorozwojowy i to właściwie we wszystkich zakresach rozwoju fizycznego, które może rozwinąć w wieku rozwojowym. Dodatkowo młody człowiek nabywa cechy psychiczne, które są użyteczne nie tylko we współzawodnictwie na macie. W dobie licznych zagrożeń cywilizacyjnych (począwszy od najprzeróżniejszych używek, a kończąc na nadmiernym przesiadywaniu przy komputerze) trening zapaśniczy może całkowicie uchronić młodego człowieka przed wspomnianymi zagrożeniami, a to przykładowo zapewniając mu solidny i sprawny kręgosłup na całe życie.

Nasi zawodnicy przywożą medale z zawodów nie tylko zapaśniczych, ale też np. sumo. Posiadamy doświadczoną kadrę trenerską (byłych mistrzów Polski) i dobre wyposażenie (mata, manekiny, prysznic itp.).

W wakacje prowadzimy treningi w pn i sr (oraz niektóre pt) o godz. 18 w sali 6d w gimnazjum przy ul. Bujaka 15.

Więcej informacji (w tym i o dojeździe do nas) na naszej stronie: zapasykrakow.pl.tl, bądź tel. 502439005.