

VŠĮ „Sporto ir sveikatingumo namai“

Įm. kodas 304990517 adresas Ukmergės g. 10-8., Kaunas

Tel. +370 64035940, e-paštas info@dojokaunas.lt

Rytinė karatė manšta

Fizinio aktyvumo programos pavadinimas

ATASKAITA

Trumpas stovyklos tikslų ir uždavinių įgyvendinimo aprašymas	Įtraukti įvairaus amžiaus žmones į reguliarias rytines fizinio aktyvumo pratybas, supažindinti su sveika gyvensena ir karate sportu, populiarinti sporto šaką. Mankštų metu lavinamas lankstumas, atliekami pratimai visoms raumenų grupėms stiprinti, koordinacijos ir reakcijos gerinimo užduotys.
Renginio įgyvendinimo data	2025 m. gegužės 1d. - rugsėjo 30d
Renginio įgyvendinimo vieta	Kalniečių g. 167., Kaunas Mokykla – darželis „Rūtėlė“
Informacija apie informavimo priemonę	Facebook- Lietuvos karatė federacija www.karatewkf.lt – Lietuvos karate federacijos svetainė
Dalyvių skaičius	15
Trumpas rezultatų įvertinimas	Sustiprintas bendruomeniškumas, supažindinta su fizinio aktyvumo nauda, susipažinta su pagrindiniais karatė principais, pagerinta bendra dalyvių savijauta.

Rytinė karatė mankšta
Fizinio aktyvumo programos pavadinimas

APŽVALGA

