



## Aktualności

### Zawody sportowe w Graboszycach 2023-12-27

Od listopada w ZSP Graboszyce, trwają regularne zajęcia sportowe pod hasłem „Trenuj z Gabrielą”. Organizowane przez UKS SOKÓŁ treningi, dedykowane są dla dzieci z klas 1-3 i 4-6, a ich celem jest przygotowanie uczestników do wielu dyscyplin sportowych. Młodzi adepci sportu poznają elementy gry w piłkę siatkową, piłkę ręczną i koszykówkę, trenują wiele konkurencji lekkoatletycznych oraz elementy kształtujące cechy motoryczne przydatne w innych sportach, w tym w kolarstwie.





Oprócz zajęć, organizowane będą wewnętrzne i otwarte zawody sportowe. Pierwsze już za nami, a medale rozdano tym razem w wieloboju lekkoatletycznym.







Skok w dal, rzut oszczepem, rzut piłką lekarską oraz test refleksu i szybkości przy użyciu interaktywnych urządzeń, to cztery elementy składowe wieloboju.



Najwięcej emocji było oczywiście przy „magicznych światełkach” jednak nie mniej przy tradycyjnych konkurencjach sportowych. Podczas zawodów padło wiele rekordów życiowych, co potwierdza, że systematyczne treningi prowadzone w formie zabawy przynoszą wymierne efekty.

Już w niedzielę, 24 grudnia, o godzinie 12:30 rozpocznie się tradycyjny „Trening Wigilijny z UKS SOKÓŁ”. Tradycja trwa już

12 lat i zawodnicy niezależnie od pogody uczestniczą w treningach terenowych. Tym razem zbiórka wszystkich uczestników przy szkole w Graboszycach. Zapraszamy wszystkich chętnych do wspólnej zabawy i aktywnego spędzenia czasu.

[wszystkie aktualności](#)