Drodzy rodzice, drogie dzieci i wszyscy zainteresowani aktywnym wypoczynkiem.

Już ostatni raz realizujemy program Trzymaj Formę. Dla wielu z Was jest to znany program, dla niektórych jeszcze nie. Warto poćwiczyć, wspólnie spędzić czas w gronie aktywnych i wesołych osób. Nasz terminarz spotkań jest następujący:

**11.02.2016r.** „Chudy Czwartek” – miejsce sala gimnastyczna, zabieramy tylko wodę i ręczniki, oczywiście dzieci też można zabrać. Start- 16.00

**13.02.2016r.** sobota „Zimowy spacer po Gryżyńskim Parku Krajobrazowym”- zabieramy zdrowe przekąski, kiełbaski, pieczywo. Herbata, kawa na miejscu. Program spaceru- spotykamy się na ośrodku Anapausis w Gryżynie o godzinie 10.00 Stamtąd wychodzimy w teren zwiedzić Park (ostatnio była mama z dzieckiem w wózku). Po spacerze korzystamy z wiaty, którą udostępnia nam Nadleśnictwo Bytnica, pieczemy kiełbaski, pijemy ciepły napój, dzieci się bawią i jest wesoło.

**18.02.2016r.** czwartek „Fitness dla każdego” miejsce- sala gimnastyczna. Korzystamy ze stepów, skakanek, piłek, ciężarków.

**27.02**.**2016r**. sobota „ Aktywny weekend nad jeziorem Kokno w Bytnicy”. Gry i zabawy dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Start 11.30 miejsce plaża nad jeziorem Kokno. Można zabrać kiełbaski i coś do picia, będzie ognisko.

**01.03.2016r.** Od tego dnia zbieramy wszelkie zdjęcia, które promują zdrową żywność i aktywność fizyczną. Zdjęcia wykonane przez dzieci, rodziców wysyłamy na e-mail [mamotato14@wp.pl](mailto:mamotato14@wp.pl) lub dostarczamy w formie elektronicznej do sekretariatu szkoły lub P. Beaty Sebastianowicz.

**05.03.2016r.** „Zdobądź Głębokie”- marszobieg do miejscowości Głębokie z niespodzianką. Dzieci mogą rowerem pokonać dystans, starsi jako ułatwienie mogą wziąć kijki, a najstarsi mają dowolność w wyborze. Zabierzcie teściową bo to jej święto. Start plac zabaw przy boisku do piłki plażowej obok remizy strażackiej- 10.30

**08.03 i 10.03.2016r.** to daty nam dobrze znane- więc uczniowie w Dzień Kobiet ruszają by poruszać kobiety, a w Dzień Mężczyzn by poruszać mężczyzn. Zrobimy sobie z Wami zdjęcia! Sami także możecie poruszać – panią, pana i przesłać nam na e-maila.

**03.2016r** Dzień Wiosny

**09.04.2016r.** „Rodzinny Rajd po Gminie Bytnica”

Zapraszamy Rada Pedagogiczna Zespołu Edukacyjnego w Bytnicy