

Kendice GYM v obci Kendice

V obci Kendice v priestoroch Materskej školy sa nachádza obecná posilňovňa, ktorú zastrešuje obecné združenie Ruka deťom. Táto posilňovňa je prístupná všetkým občanom Kendíc starším ako 15 rokov. Otvorená je každý deň od 7:00 do 21:00 hodiny.

Jej cieľom je umožniť Kendičanom aktívne športovať v priateľskom kolektíve. Zdravý životný štýl je dnes IN, a každý chce pre svoje telo urobiť niečo prospešné. Zdravá strava, cvičenie, psychický oddych a odbúranie stresu sú na to výborným receptom. A práve preto, je tu pre občanov obce táto iniciatíva občianskeho združenia Ruka deťom, ktorá sa snaží hlavne mladých ľudí dostať od výdobytkov modernej doby. Posilňovňa je vybavená všetkými základnými posilňovacími strojmi, ktoré sú potrebné pre silový tréning a bodybuilding. Dievčatá sa nemusia báť. Aj na nich bolo myslené. Pre ne je k dispozícii stepper, stojan na drepy, stroj na predkopávanie a zakopávanie a ďalšie stroje tak pre chlapcov, mužov ako aj pre ženy. Vstupné do obecnej posilňovne je 5€ mesačne, alebo ak nemáte toľko času, aby ste si chodili zacvičiť pravidelne, ale občas by sa vám páčilo si ísť len tak zašportovať, tak jednorazové vstupné je 1€. Priestory na cvičenie sú rozdelené do dvoch samostatných miestností, ktoré umožňujú pohodlný tréning. Taktiež sú k dispozícii aj pánske a dámske toalety ako aj sprchy. Čo sa týka perspektívy, tak občianske združenie v spolupráci s obcou, má záujem o rozširovanie vybavenia posilňovne, aby každý, kto si príde zacvičiť, tu našiel všetko, čo bude potrebovať.

Tak teda, príjemné cvičenie !



Vedúcimi posilňovne sú:

Dominik Luterán, tel.č.: 0944 418 801

Peter Jurko, tel. č.: 0948 017 601

Richard Gimecký,