



HERKES İÇİN SPOR HER YAŞA SAĞLIK

Kadınlara yönelik düzenlenen spor okullarında kayıtlar başladı.

Büyükşehir Belediyesi'nin kadınlara yönelik ücretsiz düzenlediği spor okullarının yeni dönem kayıtları başladı. 5 farklı branşta eğitimlerin verileceği programlara www.sakarya.bel.tr adresinden kayıt olunabilecek.

Sakarya Büyükşehir Belediyesi, 'Herkes İçin Spor ve Her Yaşa Sağlık' mottosuyla düzenlediği kadınlara yönelik spor okullarında ikinci dönem kayıtları başlıyor.

Ücretsiz spor okulu

Sporu tüm kesimlere yaymak, kadınları hareketli bir yaşama teşvik etmeyi amaçlayan spor okullarının 2026 ikinci dönem kayıtları başladı.

Eğitime www.sakarya.bel.tr adresinden ücretsiz kayıt olunabilecek.

Spor okullarıyla ilgili detaylı bilgi ise 44 44 054 (Dahili 4112 ve 4122) telefonundan alınabilecektir.

5 farklı ders

Plates, Zumba, Step Aerobik, Yakın Savunma Eğitimi ve Yüzme Bilmeyen Kadınlara Yüzme Kursu olmak üzere 5 farklı branşta uzman eğitmenler tarafından verilecek eğitimlerde, kadınlarımızın sağlıklı bir yaşam için eğlenceli bir ortamda spor yapmalarını hedefliyoruz.

İşte Spor Okulları takvimi;

Pilates (Serdivan Kapalı Spor Salonu)

- Pazartesi / 13.00-14.30 saatleri arasında
- Salı / 13.00-14.30 saatleri arasında
- Çarşamba / 18.30-19.30 saatleri arasında
- Perşembe / 13.00-14.30 saatleri arasında
- Cuma / İlk grup: 10.00-11.30; İkinci grup 11.30-13.00 saatleri arasında

Zumba (Serdivan Kapalı Spor Salonu)

- Salı / 10.00-11.30 saatleri arasında
- Perşembe / 10.00-11.30 saatleri arasında
- Salı / 20.00-21.30 saatleri arasında
- Cuma / 19.30-21.00 saatleri arasında

Step Aerobik (Serdivan Kapalı Spor Salonu)

- Pazartesi / 10.00-11.30 saatleri arasında
- Çarşamba / 10.00-11.30 saatleri arasında

Kadınlara Yönelik Yakın Savunma Eğitimi (Serdivan Kapalı Spor Salonu)

- Cuma / 15.30-17.00 saatleri arasında

Yüzme Bilmeyen Kadınlara Yönelik (her grup 8 kişiyle sınırlıdır) (Olimpik Yüzme Havuzu "Aziz Duran Parkı")

- Salı / İlk grup 21.00-22.00; İkinci grup 22.00-23.00 saatleri arasında
- Perşembe / İlk grup 21.00-22.00; İkinci grup 22.00-23.00 saatleri arasında