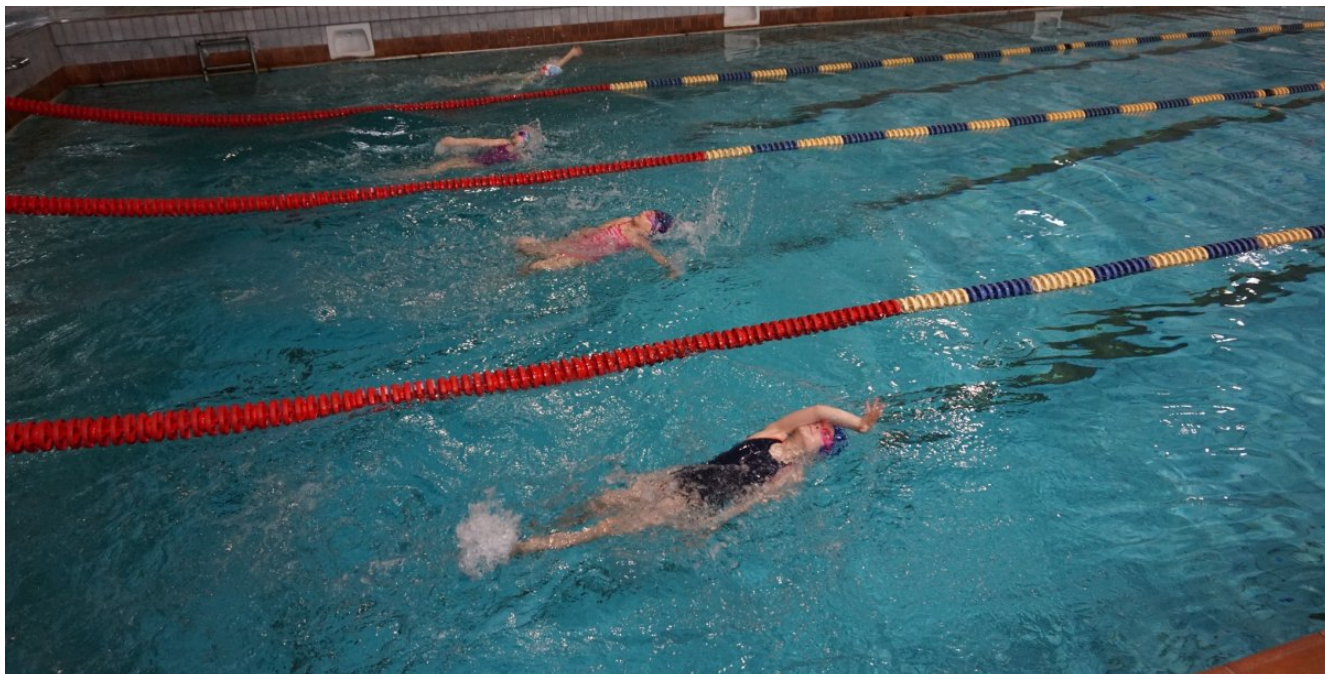


Rusza nowy nabór na kursy pływania „Delfinek”. Dla dzieci i dorosłych

05-02-2026



Fot. OSiR Dzierżoniów

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Dzierżoniowie wraz ze Szkółką Pływacką Delfinek zapraszają wszystkich chętnych - od najmłodszych po dorosłych - do podjęcia wyzwania i nauki pływania. Nowa edycja kursu startuje już wkrótce, oferując profesjonalne zajęcia w bezpiecznych, przyjaznych warunkach lokalnego basenu.

Pływanie to nie tylko jedna z najzdrowszych i najbezpieczniejszych form aktywności fizycznej, która odciąża stawy i wzmacnia całe ciało. To także niezwykle ważna umiejętność życiowa, dająca poczucie bezpieczeństwa w wodzie. Dzierżoniowski OSiR oraz doświadczona szkołka „Delfinek” stawiają na kompleksową ofertę, dostosowaną do potrzeb każdego.

Dla kogo jest kurs?

Organizatorzy przewidzieli różne poziomy zaawansowania, dzięki czemu z oferty skorzystają zarówno osoby stawiające pierwsze kroki w wodzie, jak i te, które chcą udoskonalić swoją technikę. Osobne grupy utworzone zostaną dla dzieci oraz dorosłych. Dla młodszych pływaków, którzy opanowali już podstawy,

przygotowano także zajęcia doskonalące na torach.

Co gwarantują organizatorzy?

- 20 efektywnych lekcji w ramach jednego kursu.
- Bezpieczeństwo jako absolutny priorytet.
- Fachowość i pedagogiczne podejście wykwalifikowanych instruktorów.
- Podział na grupy według stopnia zaawansowania i wieku.

Gdzie i kiedy?

Zajęcia odbywać się będą na pływalni OSiR przy ul. Sienkiewicza 13.

Planowany start zajęć:

- Dla dzieci: poniedziałek, godz. 19:30
- Dla dorosłych: poniedziałek, godz. 21:15
- Doskonalenie pływania dla dzieci (tory): wtorek, godz. 18:45

Zachęcamy do weryfikacji dokładnych dat rozpoczęcia przy zapisach, zgodnie z informacjami organizatora.

Jak się zapisać?

Szczegółowych informacji udzielają i zapisy prowadzą pracownicy pod numerami telefonów:

668 114 278 oraz 668 114 289.

To doskonała okazja, aby zainwestować w zdrowie, dobrą kondycję i pewność siebie w wodzie. Niezależnie od tego, czy chcesz nauczyć się pływać, czy poprawić swoje umiejętności – profesjonalna kadra „Delfinka” czeka właśnie na Ciebie. Nie przegap tej fali!