

... czyli turnus rehabilitacyjny w Suchym Borze.

Już po raz trzeci młodzież naszego gimnazjum wyjechała na sześciodniowy turnus rehabilitacyjny do Suchego Boru pod opieką wychowawcy p. Grażyny Młynarczyk. Czas tam spędzony wypełniały przede wszystkim zajęcia mające na celu poprawienie stanu zdrowia osób mających wady postawy- gimnastyka korekcyjna, ćwiczenia gimnastyczne na basenie pod okiem specjalistów oraz chwile oddechu w tężni pełnej jodu. Uczestnicy dowiedzieli się wiele na temat swojej kondycji fizycznej i o tym, jak postępować, jak ćwiczyć na co dzień, by zachować dobrą sylwetkę oraz jak przestrzegać kodeksu zdrowego trybu życia. W chwilach wolnych od zajęć (także lekcyjnych) młodzież rozgrywała mecze w piłkę siatkową i nożną. Nie zabrakło też czasu na wieczorne ognisko, przy którym pieczono kiełbaski i opowiadano różne ciekawe historie. Zapraszamy do oglądnięcia zdjęć z wyjazdu, które pokazują, jak miło i zdrowo spędziliśmy czas w Suchym Borze.

Grażyna Młynarczyk

{morfeo 40}

[więcej w galerii zdjęć](#)