

# TRENUJ z LIGO

## I RADIEM KATOWICE

wspólne bieganie,  
sportowe konkurencje

dla małych

i dużych!



### Program imprezy:

**10:00 - 10:10**

Rozgrzewka ogólnorozwojowa

**10:15 - 11:30**

Pięciobój BBOSiR-u (skok w dal, rzut do celu, tor przeszkód, strzał na bramkę, skoki w workach)

**11:30 - 11:45**

występ CHEERLIDERek ze Szkoły Podstawowej Pimary Steps

**11:45 - 11:55**

Rozgrzewka lekkoatletyczna przed biegiem głównym

**12:00 - 13:00**

Biegi z LIGO na 2 dystansach  
(I grupa - przedszkolaki, II grupa - dzieci starsze)

**13:30 - 15:00**

LIGO SPOTYKA NINANKI

Spektakl muzyczno-ruchowy z udziałem dzieci

**22 kwietnia**

**od 10:00 do 15:00**

**Bielsko-Biała**

**Kompleks Sportowy „Orlik”  
w Parku Słowackiego**