

WAKACJE NA SPORTOWO W MIEŚCIE 2017 - program Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Żorach

Termin	Godzina	Miejsce	TURNIEJE - ZAWODY
CZERWIEC			
25.06.2017	14.00	os. Ks. Władysława	Blok konkurencji sprawnościowych dla dzieci w ramach festynu - XV Jarmarku Władysławskiego
LIPIEC			
01.07.2017	15.00 - 17.00	Rój	Blok konkurencji sportowych dla dzieci w ramach festynu - "Rajskie Lato" festyn środowiskowy
04.07.2017	19.00	Hala sportowa ul. Folwarecka	Aktywne popołudnie - zajęcia z instruktorem Zumby. Zumba to zajęcia taneczno - ruchowe z wykorzystaniem muzyki. To doskonała okazja, by każdy - niezależnie od wieku, zdolności ruchowych, doświadczenia w tańcu, fitness, mógł kształtować swoją sylwetkę oraz kondycję. To pozytywna dawka energii. Zajęcia poprowadzi instruktor "Tańczymy Szkoła Tańca i Animacji" - Joanna Dzedzic
05.07.2017	16.00-18.30	Park Cegielnia ul. Folwarecka	Wakacyjne figielki dla dzieci. W programie konkurencje sportowe dla dzieci oraz reprezentacji rodzn, warsztaty Robokids - kreatywne zajęcia dla najmłodszych, pokazy oraz warsztaty pierwszej pomocy.
07.07.2017	16.00 - 19.00	Park Cegielnia ul. Folwarecka	EXTREME CITY to bezpłatne warsztaty szkoleniowe dla dzieci oraz młodzieży. Zapraszamy wszystkich chętnych i spragnionych sportów ekstremalnych do żorskiego Skateparku. To tutaj pod kierunkiem instruktorów i przy dobrej muzyce odbędą się szkolenia EXTREME CITY - BMX, DESKOROLKA, ROLKA, HULAJNOGA.
08.07.2017		Teren miasta Żory, Miasteczko Ruch Drogowego	"Dzień na sportowo z rowerem". Miłośników dwóch kółek serdecznie zapraszamy do spędzenia tego dnia z nami. W programie rekreacyjno-orientacyjna jazda na rowerze - do pokonania dystans około 20 km z zaliczeniem wyznaczonych punktów a także rowerowy tor przeszkód dla dzieci, wycigi MTB. Dla aktywnych odkrywców upominki oraz możliwość udziału w konkursie z nagrodami. Szczegóły na oddzielnym plakacie.
10.07.2017	16.00	Bulodrom - Park Cegielnia	Otwarty Wakacyjny Turniej Gry w Bulle (zapisy w dniu zawodów od godz. 15.00).
11.07.2017	19.00	Hala sportowa ul. Folwarecka	Aktywne popołudnie - zajęcia z instruktorem Zumby. Zumba to zajęcia taneczno - ruchowe z wykorzystaniem muzyki. To doskonała okazja, by każdy - niezależnie od wieku, zdolności ruchowych, doświadczenia w tańcu, fitness, mógł kształtować swoją sylwetkę oraz kondycję. To pozytywna dawka energii. Zajęcia poprowadzi instruktor "Tańczymy Szkoła Tańca i Animacji" - Joanna Dzedzic
14.07.2017	14.00 - 18.00	Przystań kajakowa "Śmieszek"	"Aktywne wakacje na Śmieszku". W programie - gry i zabawy rekreacyjne, zawody sportowe na wesoło dla dzieci oraz reprezentacji rodzin, mini regaty kajakowe, warsztaty robokids - kreatywne zajęcia dla najmłodszych.
14.07.2017	16.00 - 19.00	Park Cegielnia ul. Folwarecka	EXTREME CITY to bezpłatne warsztaty szkoleniowe dla dzieci oraz młodzieży. Zapraszamy wszystkich chętnych i spragnionych sportów ekstremalnych do żorskiego Skateparku. To tutaj pod kierunkiem instruktorów i przy dobrej muzyce odbędą się szkolenia EXTREME CITY - BMX, DESKOROLKA, ROLKA, HULAJNOGA.

15.07.2017		kierunek - Beskidy	Miłośników pięknych widoków i aktywnego spędzenia wolnego czasu zapraszamy do udziału w wycieczce rekreacyjno-turystycznej - kierunek Beskidy. Szczegóły na oddzielnych plakatach oraz stronie www.mosir.zory.pl
18.07.2017	18.00	Hala sportowa ul. Folwarecka	Otwarty Turniej Tenisa Stołowego kat. OPEN
19.07.2017	10.00	Boisko os. Sikorskiego	Wakacyjny Turniej Siatkówki Plażowej drużyny 3 os. kat. 16 lat i mł. (dziewczęta, chłopcy)
21.07.2017	16.00 - 19.00	Park Cegielnia ul. Folwarecka	EXTREME CITY to bezpłatne warsztaty szkoleniowe dla dzieci oraz młodzieży. Zapraszamy wszystkich chętnych i spragnionych sportów ekstremalnych do żorskiego Skateparku. To tutaj pod kierunkiem instruktorów i przy dobrej muzyce odbędą się szkolenia EXTREME CITY - BMX, DESKOROLKA, ROLKA, HULAJNOGA.
22.07.2017	9.30	Ośrodek Rekreacyjny Żory - Rój	II Otwarte Mistrzostwa Śląska w Siatkówce Plażowej pod patronatem Śląskiego Związku Piłki Siatkowej kat. Mężczyźni.
23.07.2017	9.00	Ośrodek Rekreacyjny Żory - Rój	Otwarty Wakacyjny Turniej Tenisa Ziemnego
23.07.2017	9.00 - 13.00	Rynek Żory	ŚNIADANIE NA TRAWIE - impreza plenerowa połączona z degustacją potraw oraz prezentacją kulinarną - organizator MOK Żory. W programie dodatkowo atrakcje sportowe przygotowane przez MOSiR. Strefa aktywności sportowe dla dzieci oraz dorosłych, kaci dla najmłodszych, konkurencje z nagrodami.
26.07.2017	17.00	Zbiórka Rynek Żory. Zakończenie Park Piaskownia.	Nordic Walking Dla Każdego - impreza szkoleniowo-rekreacyjna. Spacer w terenie z instruktorem i doskonalenie techniki. Na zakończenie spotkanie przy ognisku - szczegóły na oddzielnych plakatach.
28.07.2017	16.00 - 19.00	Park Cegielnia ul. Folwarecka	EXTREME CITY to bezpłatne warsztaty szkoleniowe dla dzieci oraz młodzieży. Zapraszamy wszystkich chętnych i spragnionych sportów ekstremalnych do żorskiego Skateparku. To tutaj pod kierunkiem instruktorów i przy dobrej muzyce odbędą się szkolenia EXTREME CITY - BMX, DESKOROLKA, ROLKA, HULAJNOGA.
30.07.2017	9.00	Hala sportowa ul. Folwarecka	Aktywny poranek z instruktorem Fitness (Total Body Workout). Każdy uczestnik będzie mógł się przekonać, że fitness to doskonała forma aktywności. Zajęcia, które poprawiają pracę mięśni i modelują całe ciało. Idealna sylwetka w zasięgu ręki. Spotkanie prowadzi instruktor Weronika Porada - "Fit Porada"
SIERPIEŃ			
02.08.2017	16.00-18.30	Park Cegielnia ul. Folwarecka	Wakacyjne figielki dla dzieci. W programie konkurencje sportowe dla dzieci oraz reprezentacji rodzin, animacje dla najmłodszych.
04.08.2017	16.00 - 19.00	Park Cegielnia ul. Folwarecka	EXTREME CITY to bezpłatne warsztaty szkoleniowe dla dzieci oraz młodzieży. Zapraszamy wszystkich chętnych i spragnionych sportów ekstremalnych do żorskiego Skateparku. To tutaj pod kierunkiem instruktorów i przy dobrej muzyce odbędą się szkolenia EXTREME CITY - BMX, DESKOROLKA, ROLKA, HULAJNOGA.

05.08.2017		Park Cegielnia ul. Folwarecka, Skate Park	"Święto rolek". Warsztaty oraz wieczorny przejazd na rolkach ulicami miasta - Nighskating. Organizator: Miasto Żory, Stowarzyszenie Kulturalno-Sportowe "Green".
06.08.2017	9.00	Hala sportowa ul. Folwarecka	Aktywny poranek z instruktorem Fitness (Total Body Workout). Każdy uczestnik będzie mógł się przekonać, że fitness to doskonała forma aktywności. Zajęcia, które poprawiają pracę mięśni i modelują całe ciało. Idealna sylwetka w zasięgu ręki. Spotkanie prowadzi instruktor Weronika Porada - "Fit Porada"
06.08.2017	15 30	Boisko Orlik os. Powstańców Śląskich	Otwarty Turniej Piłki Nożnej kat. 16 + (drużyny 6 + 2 rezerwowych).
08.08.2017	18.00	Hala sportowa ul. Folwarecka	Otwarty Turniej Tenisa Stołowego kat. OPEN
09.08.2017	10.00	Boisko os. Sikorskiego	Wakacyjny Turniej Par Siatkarskich kat. miksty
11.08.2017	16.00 - 19.00	Park Cegielnia ul. Folwarecka	EXTREME CITY to bezpłatne warsztaty szkoleniowe dla dzieci oraz młodzieży. Zapraszamy wszystkich chętnych i spragnionych sportów ekstremalnych do żorskiego Skateparku. To tutaj pod kierunkiem instruktorów i przy dobrej muzyce odbędą się szkolenia EXTREME CITY - BMX, DESKOROLKA, ROLKA, HULAJNOGA.
12.08.2017	16.00	Bulodrom - Park Cegielnia	Otwarty Wakacyjny Turniej Gry w Bulle (zapisy w dniu zawodów od godz. 15.00)
17.08.2017	14.00 - 18.00	Przystań kajakowa "Śmieszek"	"Aktywne wakacje na Śmieszku". W programie - gry i zabawy rekreacyjne, zawody sportowe na wesoło dla dzieci oraz reprezentacji rodzin, mini regaty kajakowe.
18.08.2017	16.00 - 19.00	Park Cegielnia ul. Folwarecka	EXTREME CITY to bezpłatne warsztaty szkoleniowe dla dzieci oraz młodzieży. Zapraszamy wszystkich chętnych i spragnionych sportów ekstremalnych do żorskiego Skateparku. To tutaj pod kierunkiem instruktorów i przy dobrej muzyce odbędą się szkolenia EXTREME CITY - BMX, DESKOROLKA, ROLKA, HULAJNOGA.
19.08.2017	16.00	Park Cegielnia ul. Folwarecka	Wakacyjny Familijny Wyścig Rolkowy. Reprezentacje rodzin oraz dzieci i młodzież zapraszamy do udziału zawodach rolkowych na trasie Parku Cegielnia. W programie przejazdu indywidualne oraz rywalizacja sztafet. Dla zwycięzców upominki a dla wszystkich możliwość udziału w konkursie z nagrodami.
19.08.2017	19.00	Hala sportowa ul. Folwarecka	Aktywne popołudnie - zajęcia z instruktorem Zumbi. Zumba to zajęcia taneczno - ruchowe z wykorzystaniem muzyki. To doskonała okazja, by każdy - niezależnie od wieku, zdolności ruchowych, doświadczenia w tańcu, fitness, mógł kształtować swoją sylwetkę oraz kondycję. To pozytywna dawka energii. Zajęcia poprowadzi instruktor "Tańczymy Szkoła Tańca i Animacji" - Joanna Dziedzic
20.08.2017	9.00	Hala sportowa ul. Folwarecka	Aktywny poranek z instruktorem Fitness (Total Body Workout). Każdy uczestnik będzie mógł się przekonać, że fitness to doskonała forma aktywności. Zajęcia, które poprawiają pracę mięśni i modelują całe ciało. Idealna sylwetka w zasięgu ręki. Spotkanie prowadzi instruktor Weronika Porada - "Fit Porada"

20.08.2017	9.00	Ośrodek Rekreacyjny Żory - Rój	Otwarty Wakacyjny Turniej Tenisa Ziemnego
25.08.2017	16.00 - 19.00	Park Cegielnia ul. Folwarska	EXTREME CITY to bezpłatne warsztaty szkoleniowe dla dzieci oraz młodzieży. Zapraszamy wszystkich chętnych i spragnionych sportów ekstremalnych do żorskiego Skateparku. To tutaj pod kierunkiem instruktorów i przy dobrej muzyce odbędą się szkolenia EXTREME CITY - BMX, DESKOROLKA, ROLKA, HULAJNOGA.
			XXVIII Ogólnopolski Splyw Kajakowy im. K. Kalusa "Ruda 2017 (25-27.08.2017). Organizator ŚKTK "Neptun", współorganizator MOSiR.
27.08.2017			PIKNIK SPORTOWY wpisał się już na stałe do kalendarza imprez MOSiR Żory. Serdecznie zapraszamy mieszkańców do wspólnego spędzenia wolnego czasu na terenie Parku Cegielnia. W programie między innymi: turnieje sportowe, warsztaty, stoiska - ekspozycje sportowe, pokazowe treningi, punkty gastronomiczne i wiele innych atrakcji. Szczegóły na oddzielnym plakacie oraz stronie www.mosir.zory.pl
30.08.2017	17.00	Zbiórka Rynek Żory. Zakończenie "Śmieszek"	"Z Kijami przez Polskę" - Organizatorem projektu jest Polskie Stowarzyszenie Nordic Walking (www.psnw.pl) - organizator szkoleń instruktorskich, trenerskich i sędziowskich. Projekt jest współfinansowany przez Ministerstwo Sportu i Turystyki. Zapraszamy na imprezę szkoleniowo-rekreacyjną pn. "Nordic Walking Dla Każdego. Spacer w terenie z instruktorem połączony ze spotkaniem przy ognisku - szczegóły na oddzielnych plakatach.

PARK CEGIELNIA ul. Folwarska

Trasy sportowo-rekreacyjne - przeznaczone do uprawiania różnych form aktywności fizycznej

Miasteczko ruchu drogowego - aktywność dla posiadaczy rowerów

Skate Park - przeznaczony jest do jazdy na rolkach oraz deskorolkach

Plac Street Workaut i Park Linowy - ćwiczenia siłowe dla dorosłych i aktywna forma zabaw dla dzieci

Bulodrom - boiska przeznaczone do gry w bulle wraz ze sprzętem do gry

WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU ROLKOWEGO - rolki, ochraniacze, kaski

Hala Sportowa ul. Folwarska, tel. 32 43-41-172

wypożyczalnia czynna: 6.00 - 21.00

SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE - wstęp bezpłatny

Do dyspozycji mieszkańców jest dostępnych 11 siłowni zewnętrznych, zlokalizowanych na terenie naszego miasta - Park Cegielnia oraz osiedla: Sikorskiego, Powstańców Śl, Pawlikowskiego, Korfantego, Ks. Władysława, Gwarków; dzielnice: Kleszczów, Rój, Rogoźna, Rowień

Ośrodek Żory-Rój - możliwość rezerwacji i wynajęcia tel. 32 43-58-099

Kompleks boisk do siatkówki

Kompleks kortów tenisowych