



**Nabór:**

Sekcja zapaśnicza GKS "Bełchatów" SSA, styl grecko - rzymski, ogłasza nabór podstawowy chłopców urodzonych w latach 1995 - 1999.

**Treningi odbywają się w trybunie północnej stadionu przy Sportowej 3 w dniach:**

- poniedziałki, wtorki i czwartki w godz. 16:30 - 18
- środy i piątki w godz. 17 - 19

**Zapewniamy bezpłatne szkolenie z zakresu:**

- sztuki walki,
- rzuty przez biodro, ramię – suplesy
- akrobatyki,
- korzystanie z siłowni w hali widowiskowo - sportowej

Spośród zawodników naszej sekcji wielu znalazło miejsce w elitarnych jednostkach wojskowych – Kawalerii Powietrznej, Marynarki Wojennej, BOR, CWKS Legia.

**Tel. kontaktowy** - 632 28 66 (po godz. 20:00)

Grecko rzymskie zapasy swoimi tradycjami sięgają czasów starożytnych. Wyrabiają takie cechy motoryczne jak: szybkość, zwinność, wytrzymałość, siłę. Kształtują cechy wolicjonalne, charakter, siłę woli - cechy, które procentują na całe życie. Połowa treningu zapaśniczego to gimnastyka i akrobatyka.

Sport zapobiega skrzywieniom kręgosłupa, wzmacnia budowę somatyczną, hartuje organizm. Zawodnicy korzystają z siłowni w hali.

**Zapraszamy serdecznie wszystkich zainteresowanych!**