



Gasteizen, 2006ko irailaren 5ean

Familia agurgarriak:

Olabide **Kirol Elkarteak** 2006-2007 ikasturterako lehen aldiz Ikastolako langileentzat zein familientzat zenbait ekintza proposatuko ditu.

Gaur egun nagusiok gero eta mugimendu gutxiago egiten dugu eta hori gure gorputzak nabaritzen du: oso erraz nekatzen gara, leku guztietatik minak izaten ditugu, soberan ditugun kilotoxak...

Ikastola osatzen dugun guztion osasunean pentsatuz, **Kirol Elkarteak** ondorengo ekintzak eskaintzen ditu:

Estimadas familias:

Olabide **Kirol Elkarteak** por primera vez va a proponer para este nuevo curso 2006-2007 varias actividades para las familias y los trabajadores de la Ikastola.

Cada vez nos movemos menos en nuestro día a día y esto es algo que nuestro cuerpo lo nota: nos cansamos muy rápido, nos surgen dolores por todos lados, kilos de más...

Pensando en la salud de todos los que integramos la comunidad de la Ikastola, **Kirol Elkarteak** propone las siguientes actividades:

EKINTZA / ACTIVIDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO
Aerobika / Aerobik	Astelehen eta asteazkenak / Lunes y miércoles	19:30 - 20:30
Sasoia / Condición Física	Astearte eta ostegunak / Martes y jueves	19:30 - 20:30

Ekintzak Celaya Etxeko gimnasioan burutuko dira (beheko solairuan, sarrera kanpoko frontoi txikiaren aurrean dagoen aldapatxotik) irailaren 25etik aurrera.

Ekintza hauetarikoren batera apuntatu nahi denak, orri honen beheko atala **datarren irailaren 13a, asteazkena, baino lehen (barne) Idazkaritzan** utziko den Kirol Elkarteak kutxan sartu behar izango du.

Besterik gabe, animatuko zaiteztelakoan, agur bero bat.

Las actividades se desarrollarán a partir del lunes 25 de septiembre en el gimnasio del edificio Celaya (planta baja, acceso por la rampa existente frente al frontón exterior)

Todo aquel que esté interesado en apuntarse a alguna de estas actividades tendrá que depositar la parte inferior de esta hoja en Secretaría (en la caja de Kirol Elkarteak) **antes del miércoles 13 de septiembre (incluido).**

Sin otro particular y esperando que os animéis, un saludo.

OLABIDE KIROL ELKARTEKO KOORDINAZIOA

HELDUENTZAKO EKINTZAK

Izen abizenak / Nombre y apellidos:.....

Ekintza / Actividad:.....