



بلاغ

في إطار تنوع الأنشطة الرياضية لفائدة منخرطي نادي الأشغال العمومية بالرباط، تنهي مؤسسة الأعمال الاجتماعية للأشغال العمومية عن إحداث نوع جديد من الأنشطة الرياضية (Spinning) والتي تعتبر من أكثر الرياضات الجماعية متعة حيث تمارس بشكل جماعي على متن دراجات خاصة ومصحوبة بتنشيط موسيقي. ومن بين فوائد هذه الرياضة:

- تنشيط الدورة الدموية وعملية التنفس؛
- تقوية عضلات القلب حتى تصبح أكثر مقاومة للجهد البدني؛
- التمتع برشاقة بدنية هائلة؛
- المحافظة على اللياقة البدنية؛
- تعتبر رياضة مثالية لنقص الوزن.

وسيتم تنظيم هذه الرياضة ابتداء من 18 ماي 2021 داخل قاعة مخصصة لذلك وبتأطير من طرف متخصصين في الميدان، لفائدة منخرطي ومنخرطات النادي ابتداء من 15 سنة فما فوق أيا كان مستوى ممارستهم، وذلك خلال الحصص المبينة في برنامج الأنشطة الرياضية للنادي المرفق بهذا البلاغ.

نظرا للعدد المحدود من الدراجات الخاصة بهذه الرياضة، يتوجب على الراغبين في الاستفادة حجز مقعدهم من خلال التطبيق الإلكتروني الذي يجدونه على موقع النادي www.ctp.ma أو عبر الهاتف مباشرة على الرقم 0600074892.

هذا وستراعى خلال هذه الحصص جميع التدابير الوقائية والاحترازية للحماية من فيروس كورونا المستجد.

