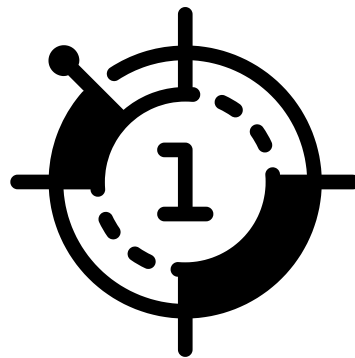


DZIENNE LIMITY AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ DZIECI

**DZIECKO POWINNO
AKTYWNIIE SPĘDZAĆ
60 MINUT DZIENNIE,
KAŻDEGO DNIA.**



**30 MINUT KIEROWANYCH ZAJĘĆ
Z RODZICEM LUB TRENEREM,
WYZNACZONE ZADANIA/ĆWICZENIA
(LEKCJA PŁYWANIA, WSPÓLNA
GIMNASTYKA CZY GRA W PIŁKĘ)**



**30 MINUT SWOBODNEJ ALE
AKTYWNEJ ZABAWY
(ZABAWA NA PLACU ZABAW,
JAZDA NA ROWERZE,
NA ROLKACH)**



Patronat Honorowy



Ministerstwo
Sportu i Turystyki



Minister
Edukacji i Nauki

Patronat merytoryczny



CENTRUM
EDUKACJI
NAUCZYCIELI
W GDAŃSKU

Organizator



Partnerzy



FUNDACJA
SZKIEŁKO
I OKO



DEV-SOFT



FOUNDATION
SPORT HAS SO MUCH TO GIVE US
DECATHLON