

اختتام برنامج اللياقة للسيدات في دورة عجمان



عجمان: عصام هجو

اختتمت في صالة مركز الشباب في منطقة مشيرف بعجمان فعاليات برنامج اللياقة البدنية للسيدات ضمن دورة عجمان الرياضية التي تنظمها دائرة الموارد البشرية لحكومة عجمان بالتعاون مع مركز كواترو الرياضي، والتي شهدت اقبالاً كبيراً من موظفات الدوائر الحكومية والمؤسسات وسيدات المجتمع، وبلغ عدد المشاركات في البرنامج 283 مشاركة.

ونال البرنامج اهتماماً نوعياً حيث حرص الشيخ عبد العزيز بن حميد النعيمي رئيس دائرة التنمية السياحية في عجمان على زيارة صالة برنامج اللياقة البدنية، ووقف على جاهزية المرافق والأجهزة الرياضية والتقى بالمشاركات.

وتضمن البرنامج الذي أقيم يومياً على ثلاث فترات للحصص والتدريبات ومختلف تمارين اليوجا، وتمارين الأيروبيك والزومبا، واستفادت المشاركات من برنامج الفحوص الصحية والبرنامج التوعوي الغذائي، بالإضافة إلى المسابقات

الرياضية الشيقة التي شهدت إثارة وتحديات بين المشاركون من أجل الفوز بالجوائز والكوبونات التحفيزية المقدمة
من قبل الرعاة الرسميين للدورة

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024