

Nõmmel saab augustis matkata, sportida ja kogu perega etendusi nautida

"Jätkuvad populaarsed asumimatkad koos ajaloolase Leho Lõhmusega, kogu perega ootame teid Vabaduse parki nautima lastehommikute programmi ja improteatrietendust," rääkis Nõmme linnaosavanem Grete Šillis.

Nõmme linnaosa valitsus pakub ka augustikuus elanikele mitmekülgset välisõhus toimuvat kultuuri- ja spordiprogrammi. Üritused on tasuta ja toimuvad iga ilmaga.

Šillis nentis, et august ei möödu Nõmmel vaikelus, vaid on endiselt tegus ja pakub kõigile avastamisrõõmu. "Suvi on aeg, kus on mõnus veeta aega just vabas õhus ning nii keskendumegi ettevõtmistele, mida saab korraldada Nõmme parkides, metsas ja linnatännavail. Jätkuvad populaarsed asumimatkad koos ajaloolase Leho Lõhmusega, kogu perega ootame teid Vabaduse parki nautima lastehommikute programmi ja improteatrietendust," rääkis Šillis.

"Toimuvad ka vastupidavust arendavad treeningud Harku metsas, discgolfi õppimistunnid Järve metsas ja pingevaba õhkkonnaga pilatase pühapäevad Ravila pargis," lisas linnaosavanem.

Nõmmekad on juunis ja juulis toimunud suveüritused hästi vastu võtnud ja kohad ettevõtmistele on täitunud kiiresti.

Treeningtundidele ja matkadele on kindlasti vajalik eelnev registreerimine, kuna kohtade arv on piiratud. Täpsema info ettevõtmiste kohta leiab siit: <https://bit.ly/2Dqv61p>.

Programm:

6.08 kell 19 astub Vabaduse pargis lavale improtrupp Ehatäht uskumatu looga "Kas sa seda lugu tead?". Etendus, kus pole käsikirja ja stseenid sünnivad kohapeal, otse vaatajate silme all.

8.08 kell 11 toimuval lastehommikul Vabaduse pargis rõõmustab kõiki peresid lasteteater Trumm etendusega "Imeline puhkus".

9.08 ja 23.08 kell 11 saab ennast mõnusalt Ravila pargi pilatesetunnis liigutada. Pilates on kogu keha hõlmav treening, mis arendab kehatunnetust ja –kontrolli ning õpetab õiget hingamist.

12.08 ja 19.08 kell 19 toimuvad üldfüüsilised treeningud Harku rabas. Trenn keskendub põhilistele jõuharjutustele, mida kombineeritakse vastupidavust arendavate harjutustega. 18.08

pealinn.ee

06.08.2020 09:03

Sandra Lepik

Rahvuskooper Estonia

kell 12 oodatakse discgolfi huvilisi Järve metsa discgolfirajal. Discgolf on tervislik, soodne ja lõbus sportmäng, mis sobib igas vanuses inimestele ja ei nõua erilist füüsilist vormi. 22.08 kell 11 toimuvat lastehommikut Vabaduse pargis sisustab [Rahvusooper Estonia](#) populaarne hariduslik muusikaprogramm "Kontsert kõige pisematele". 13.08 ja 27.08 kell 18-20 toimuvad ajaloolase Leho Lõhmusega asumimatkad Nõmmel.