

## I. SZAKMAI BESZÁMOLÓ

(4 rendezvény)

Február 23-án volt az eseménysorozat nyitó rendezvénye, melyre a Giorgio SpinRacing Stúdióban került sor. Az eseményre országos hírű prezenter, Tatarek Rezsőt hívtuk meg, hogy tartson egy boksz órát. Február 23-án mindenki ingyen sportolhatott. Volt Zumba, SpinRacing, Step, Cross Training és Iron Boksz óra. Több fajta órátípus volt, hogy mindenki találjon kedvére valót. A lakosság részére biztosított volt a megjelenés. Hirdetve lett facebookon, nyomtatott plakáton, hogy a lakosság tudomást szerezzen róla.

Az ingyenes napon a Tiszakécskei Egészségfejlesztési Iroda (TEFI)munkatársai végeztek szűréseket, nagy érdeklődés övezte a jelenlétüket. Egész napos rendezvény volt, melyet reform sültés tállal zártunk.

Április 11-én került sor a második rendezvényre a Tiszakécske Város Sportegyesületének szakosztályai részére az Ókéskei Sportcsarnokban. Kézilabdázó és kosárlabdázó fiúk és lányok vettek részt a rendezvényen, akik nagy örömmel vették, hogy az edzésük színesítve lett, nagy kedvvel próbálták ki az új edzésformákat. Erősítő jellegű és kardió edzésforma is megtalálható volt az edzésen. A rendezvényszervező olyan eszközöket biztosított, ami újdonság volt a gyerekek, fiatal felnőttek számára. A nyomtatott plakát mellett ezt a rendezvényünket is népszerűsítette a Tiszakécskei Egészségfejlesztési Iroda.

Május 06-a és 12-e között a lakosság körében ingyenes hét lett hirdetve, melynek keretében az összes csoportos órátípust ki lehetett próbálni, ami van Tiszakécskén. 20 órából lehetett választani, volt 6 SpinRacing óra, 7 Trx óra, 4 Crosstraining óra, 1 Aerobik óra, 1 Gerinctréning, 1 Nippon Zengo óra. Nagy érdeklődés volt minden órára, telházal mentek az órák. Volt több olyan személy is, aki először próbálta ki az órátípusokat. A rendezvénynek a Giorgio's SpinRacing Stúdió adott helyet. A Tiszakécskei Egészségfejlesztési Iroda munkatársai szűréseket végeztek, az irodavezető EKG-t csinált. Folyamatosan jöttek az érdeklődők. A reformétel-kóstolás olyan sikeres volt, hogy a vendégek maguk hoztak egészséges alapanyagból készült ételeket és desszerteket. Reform receptcsere is volt. Csoportok alakultak, hogy folytassák tovább a receptcserét, mellyel az egészséges táplálkozás népszerűsítése volt a cél.

Május 14-én az Ókéskei Sportcsarnokban a rendezvényszervező biztosította az edzéseket a Református Általános Iskola és az Eltérő Tantervű Iskola tanulóinak. A gyerekek nagyon élvezték az edzéseket, olyan edzéstípussal és olyan eszközökkel találkoztak, amivel előtte soha. Hatalmas lelkesedéssel végezték a részükre összeállított gyakorlatokat.