

Szakmai beszámoló II.

A helyi felhívás címe: Hagyományos, kulturális és közösségi rendezvények, rendezvény sorozatok szervezése

A helyi felhívás száma: TOP-7.1.1-16-H-120-3

Esemény: Mozogj Velünk Tiszakécske!

Projekt száma: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-00254

Időpont és helyszín:

„Mozogj velünk Tiszakécske!” c. rendezvénysorozat napjain tartandó programjának megszervezése és lebonyolítása

5. Június 3-7	Erősítő, aerobik, step aerobik óra	step padok, súlyzók, trx szárak, gumikötelek, kislabdák	Móricz Zsigmond Általános Iskola és Gimnázium Sportcsarnok	Móricz Zsigmond Általános Iskola és Gimnázium tanulói
6. szeptember 30- október 6-ig	6 SpinRacing óra, 7 Trx óra, 4 Crosstraining óra, 1 aerobik óra, 1 Gerinctréning, 1 Nippon Zengo	súlyzók, sandbag, rope, rip, trx szárak, spinning biciklik, gumikötél, step pad, polifoam, kettlebell	Giorgio's SpinRacing Stúdió	lakosság

Célcsoport: Móricz Zsigmond Általános Iskola és Gimnázium tanulói és Tiszakécske város teljes lakossága.

Eseményt megvalósító civil szervezet: Tenisz és Rekreációs Club Egyesület, 6060 Tiszakécske, Vincze János Nándor utca 9., 18364808-2-03, 03-02-0002319, Pákozdi Krisztina kuratóriumi elnök

Rendezvényszervező: Stinner Ferenc e.v.

Helyi fellépők a rendezvényünkön:

- Varga Eszter sportoktató, mentálhigiénés szakember, a rekreációs sportok és lelki egészség kapcsolatáról tart előadást
- Juhász Dóra sportoktató, pszichológus, táplálkozási tanácsadó a sport ízületekre gyakorolt jótékony hatásait mutatja be
- Zana-Káin Anett sportoktató, a gerincvédelemről tart bemutatót

Összefoglaló

Az első 4 esemény szakmai beszámolóját már megküldtük. A program 2. mérföldkövét képező események szakmai tartalmát ebben a beszámolóban részletezzük.

2019. június 3.-án a Móricz Zsigmond Általános Iskola és Gimnázium tornatermében tartottunk gimnazista fiataloknak edzést. A tanulók 85 % a egyáltalán nem sportol a kötelező testnevelés órákon kívül. Ilyen eszközökkel még egyáltalán nem is találkoztak. Nagy sikert arattunk a körükben. A tanulók nagyon élvezték ezeket a programokat. Bízunk benne, hogy a jövőben is sikerül a sport és a mozgás területén még több pozitív mozgásos élményben részesülniük. Az alkalom zárásaként, a testnevelőkkel megbeszélésre került egy esetleges következő edzés.



A 2019. szeptember 30. és október 6. között megvalósuló nyílt hét nagyon sok olyan embert vonzott, aki még előtte soha nem sportolt. A nyílt héten valósítottuk meg helyi előadóink előadásait, ezzel is próbáltuk a preventív hatást és a mozgás pozitív hatásait minél jobban hozzáférhetővé tenni az ellátogatók számára. Volt több olyan személy, aki többféle sportot is kipróbált. A nyílt hét, több mint 20 óráján már felhasználásra kerültek az időközben megérkező új eszközök is. A még hiányzó póló, szilikon karkötő, nyakba akasztó is. Ez a régi

vendégek körében is népszerűségnek örvendett. Programunkat sikeresnek ítéljük. A vállalásainkat úgy érezzük, hogy teljesmértékben sikerült teljesíteni.



.....
Pákozdi Krisztina
Tennisz és Rekreációs Club Egyesület