

Sportnapok

1. Városi Fitness – Sport – Nap

Idén már nyolcadik alkalommal rendeztük meg a Fitness–Sport–Napot városunkban szeptember 23-án. Ezzel egyben csatlakoztunk az Európai Sporthét programjához is, amelynek keretében ezen a héten Európa-szerte sportnapokat szerveztek. A Sporthét célkitűzése megegyezik a városi szervezők céljaival: a sport és a mozgás népszerűsítése. A rendezvény minden évben elérte célját: városunk mozogni vágyó apraja-nagyja összefogva, együtt mozogva tett azért, hogy a bevételből támogatni lehessen valamilyen nemes célt. A programsorozat segített már intézményeknek, közösségeknek: az óvodának, az általános iskolának, a mentősöknek, a tűzoltóknak. Nehéz helyzetbe került személyek és családok is részesültek a jótékony támogatásból. Idén a helyi gimnázium sportfelszereléseit gazdagítja a bevétel, melyet ezúton is szeretnénk megköszönni. A szervezőkön és a résztvevőkön kívül helyi vállalkozások is közreműködtek a támogatásban. Külön köszönjük a helyi Polgármesteri Hivatal, a Weger Hungaria, az Elevenház, a Jászkenyér Kft., a Farkas Festék, a Rákóczi és Kanyar ABC nagylelkű felajánlásait. A Napfény Stúdió jelenlétével és eszközeinek kipróbálásával támogatta a napot.

Az összefogás meglátszott a Fitt Nap sikerességén is. A rossz időre való tekintettel több program meghirdetett helyszínét meg kellett változtatni, de a gimnázium adta lehetőségek tökéletesen biztosították nekünk a felhőtlen hangulatot.

A változatos mozgásformák között választhatott fiatalabb és idősebb korosztály, ez lehetővé tette több generáció együtt mozgását. A fiatalabbak bámulták az idősebbek kitartását, akik az ifjabbaknak példát mutatva több foglalkozáson is részt vettek. A nap programjai felsorakoztatták a helyi lehetőségeket, melyeket kipróbálva akár rendszeres testedzésre is ösztönzést kaphatunk. A helyi gyerekfoci és lány kézilabda utánpótlás is mozoghatott a kézipályán, mert az időjárás később kedvezett a szabadtéri sportoknak. A Méta-játékban is megmérkőzhettek a jelentkező csapatok a füves pályán.

A jelenlevők nagyon jól érezték magukat, a 170 résztvevő bizonyította, hogy sokan szeretnek mozogni, sportolni városunkban. Bízunk benne, hogy felhívtuk a figyelmet a mozgás örömteli tevékenységére és arra, hogy életkortól függetlenül lehetőségünk van valamilyen rendszeres mozgásforma kiválasztására és gyakorlására!

Köszönjük az oktatóknak:

Holló Judit – total body,
Ács Adrienn – iron bokszt,
Csomor Péter – powerboy, TRX,
Agócs Judit – alakformáló light, átmozgató torna,
Bodor Mónika – pilates,
Bugyi Melinda – zsírégető step, tini aerobik,
Gyözőné Kaszab Magdolna – nyugdíjas torna, powerkids,
Szepesi Judit – zumba,

Csikós Róbert – kempo,
Gál Éva – jóga,
Kohári Richárd, Varga Ernő – testpróba,
Nagyné Bódis Borbála – meridián torna,
Uramné Varga Ildikó – sportvetélkedő, méta, gyerekfoci, kézilabda.

2. Az Európai Diáksport Napja a gimnáziumban

Idén negyedik alkalommal rendeztük meg a Magyar Diáksport Szövetség által meghirdetett immár Európai Diáksport Napot. Szerencsére az időjárás kedvezett szeptember 29-én, így minden tervezett programot meg tudtunk tartani. A programhoz az általános iskolai diákok is csatlakoztak.

Átmozgató közös bemelegítés után elindult a 2017 m-es futás a kijelölt utcákon. A beérkezés után az udvar és a tornaterem benépesült mozogni vágyó fiatalokkal.

Kosárlabdacsapatok mérköztek, fiúk focicsapatai versengtek egymással, kedvenc mozgásformának bizonyult a strandröpi. Népszerű volt a kötélhúzás is, ahol folyamatosan váltották egymást a különböző létszámú és összetételű csapatok. Páros versengésre is nyílt lehetőség tollaslabdában és asztaliteniszben.

Minden évben meghívunk egy oktatót, aki a tornateremben tart zenés foglalkozást. Ez a lehetőség főként a lányok körében népszerű. Idén a helyi Elevenház zumbaoktatóját hívtam meg, aki örömmel mozgatta meg az érdeklődőket. Később az iskola hip-hop táncosai mutattak be tánclépéseket diáktársaiknak.

Az évek során iskolánk emlékezetes sportprogramjává vált ez a nap!

Uramné Varga Ildikó testnevelő