

POLANICA-ZDRÓJ - ... bo sport to przecież zdrowie

Napisano dnia: 2025-05-24 21:51:52



(Inf. wł.). **W sobotę, 24 maja już po raz czwarty w tej uzdrowskiej miejscowości odbył się jednodniowy Festiwal na Zdrowie! Jego celem była promocja zdrowego trybu życia, poprzez różnorakie aktywności fizyczne. Na miejskim stadionie można było zobaczyć i spróbować tych bardziej i mniej popularnych dyscyplin sportowych. Wszystko to właśnie w imię promocji wspomnianego zdrowia.**



Na uczestników czekało mnóstwo atrakcji. Dla dzieci i młodzieży szkolnej przygotowano tzw. strefę atrakcji sportowych. Wystarczyło tylko wziąć udział w dziewięciu konkurencjach, wśród których były między innymi: jazda na rowerze, skok w dal, bieg na orientację, beep test, czy... szybka partia szachów. Ukończenie każdej z nich gwarantowało zdobycie pieczętek, których łączna suma w postaci dziewięciu, była przepustką do otrzymania dyplomu i nagrody.

W strefie atrakcji towarzyszących, skierowanych do każdej grupy wiekowej, można było zobaczyć pokazy sztuk walk aikido oraz judo, zagrać w darty, boule czy disc golfa. Dla tych, którzy cenią sobie powiedzenie "w zdrowym ciele, zdrowy duch" czekała joga.

Dużym zainteresowaniem cieszyło się łucznictwo. W strefie mistrzów, pod fachowym okiem brązowej medalistki z Igrzysk Olimpijskich w Atlancie w drużynie pani Katarzyny Klaty można było spróbować swoich sił w tej dyscyplinie, mierząc się ze swoim celem oraz właśnie łukiem.

Oczywiście nie byłoby sportu bez rywalizacji. Stąd też rozegrano towarzyski mecz koszykówki dziewcząt w różnej kategorii wiekowej - 4 kwarty po 10 minut. Naprzeciw siebie stanęły drużyna z Polanicy-Zdroju i Piławy. Zacięta walka w rozgrywkach zakończyła się „remisem”.

Jako, że polanicka impreza miała zmotywować do ruchu poprzez aktywność fizyczną i sport, zaproszono na nią gości specjalnych - mistrzów w swoich dziedzinach, którzy starali się zarazić tym, w czym są sportowo najlepsi. Obok wspomnianej już łuczniczki, wicemistrzyni Europy oraz dwukrotnej mistrzyni Polski Katarzyny Klaty, pojawili się mistrz świata, Europy i Polski we freestyle footballu Paweł Skóra oraz aktualny mistrz świata Fiba 3x3 i rekordzista Guinnessa Piotr „Grabó” Grabowski. Pierwszy z nich zdecydowanie „kupił” sobie męską, dziecięcą część widzów, demonstrując swoje tricki piłkarskie oraz prowadząc warsztaty z piłki nożnej. Drugi zachwycił publiczność swoimi efektownymi koszykarskimi wsadami, opowiadając o tym, jak jego przygoda z basketem się zaczęła, zachęcając równocześnie do uprawiania właśnie tego sportu.

Mimo iż impreza mierzona była także dla dorosłych, niestety, niewielu z nich zdecydowało się brać w niej czynny udział. Pamiętajmy, że jeśli chcemy by dzieci i młodzież odeszli od komputerów, tabletów czy smartfonów my sami musimy dać im przykład jak to zrobić.

(mib)

FOTOMIGAWKI Z WYDARZENIA





