

CHODÍME PRO MOZEK A PRO RADOST

KRS MSK na základě výzvy KRS Olomouckého kraje podpořila celosvětovou akci "Národního týdne trénování" ve dnech 14.-18.3.2022 a vyhlásila soutěž pro seniory kraje "Chodíme pro mozek a radost". Cílem soutěže bylo připomenout si v jaké kondici je náš mozek, která výrazně souvisí s fyzickou kondicí a zdravotním stavem. Je zcela zřejmé, že pohyb je pro správné fungování mozku nezbytný!

Do soutěže se v rámci Moravskoslezského kraje přihlásilo, vzhledem ke krátké časové možnosti, soutěž byla vyhlášena 1.3.2022, jen 8 seniorských organizací a klubů a paní Dana Tvrdá. Všichni účastníci zaslali fotografickou dokumentaci, která zaznamenala pohybové aktivity všech zúčastněných (různá cvičení, bazén a především výlety, výšlapy atd.). Účastníci soutěže dokázali, že pohyb je opravdu předpokladem pevného zdraví, duševní pohody a podporuje dobré fungování mozku.

Všechny fotografie budou zveřejněny na našich webových stránkách a ve čtvrtletníku SeniorTip. Komise krajské rady rozhodla udělit všem zúčastněným klubům a organizacím čestné uznání za podporu vyhlášené akce a věcný dar paní Tvrdé za sérii fotografií, ze kterých je zřejmé, že se sama zúčastnila v průběhu pěti dní na podporu vyhlášené akce "Chodíme pro mozek" pohybových aktivit a ušla celkem 50 km. Zvláštní cenu komise udělila Sjednocené organizaci nevidomých a slabozrakých z Havířova - Orlové.

Do soutěže se přihlásily: SK Bohumín, KS Háj ve Slezsku, SČR MěO Ostrava, KS Hostašovice, KS Jakartovice, Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých Havířov - Orlová, Spolek seniorů Ostrava - Martinov, Aktivní senioři Bruntál a paní Dana Tvrdá z Hostašovic.

Pavel Gluc, předseda KRS MSK



14. - 18.
března
2022

CHODÍME PRO MOZEK
a pro radost...

KRS Moravskoslezského kraje vyhlašuje
SOUTĚŽ !!

V rámci podpory celosvětové akce Národního týdne trénování, KRS Moravskoslezského kraje vyhlašuje soutěž pro všechny účastníky aktivit "Chodíme pro mozek" a radost. Cílem této výzvy je připomenout si, v jaké kondici je náš mozek, který výrazně souvisí s naší fyzickou kondicí a zdravotním stavem.



Do soutěže se mohou přihlásit skupiny, spolky i jednotlivci, kteří v tomto týdnu uspořádají a zúčastní se jakékoliv pohybové aktivity (procházka, cvičení, tanec, pochod, chůze, bowling, lyžování, běhky apod.)
Podmínkou přihlášení do soutěže je zaslání přihlašovacích údajů (celé jméno, adresa, popř. název spolku, datum akce, název aktivity) **a zaslání jedné fotografie z této akce na krajska.rada@ms-seniors.cz**

Tak hurááá, POJĎME NA TO!

Registrovat se do soutěže můžete do 20.3.2022

Akce se koná pod záštitou RS ČR a Rady seniorů Moravskoslezského kraje

