

Az egészséges életmód kialakítása kapcsán **korunk egyik legfontosabb feladata az inaktív életmód megfékezése, megállítása.** Ennek a célnak az egyik, legfontosabb eszköze a **fiatalkori sportolási szokások, kialakítása, megszerettetése,** hiszen a sport által megtanult és képviselt értékek az élet bármely területen hasznosíthatóak, időtállóak, és **segítik a testi-lelki egyensúly kialakítását.** Bármilyen sportot, mozgásformát is választunk, általa megtanulunk nyerni és veszíteni, áldozatokat hozni, lemondani, küzdeni, kitartani, megtanuljuk kezelni a nehezebb és jobb napok változásait.



Csapó Erika foglalkozik egy csoporttal a Növekedésért Sporttáborban. 2024. augusztusában

Egyesületünk, **közösségi impulzusként,** sporttábort szervezett 2024. augusztusában, hogy mindezekre ráirányítsa a figyelmet. **Több, mint hatvan gyerek** vehetett részt a sporthéten, akik fáradságot nem kímélve, együtt mozogtak a különböző edzéseken. A **napi három foglalkozás** lehetőséget adott arra, hogy a gyerekek **több sportágat is kipróbálhassanak,** és kérdéseikre válaszokat kaphassanak a jelenlévő edzőktől, sportolóktól.



Állandó tevékenységeink voltak:

Csikung Tóthné Zsuzsa néniel, **Kézilabda** Csapó Erikával (DVSC Kézilabda Akadémia), **Foci:** Boka Juniorral és Kardos Patrikkal (Juventus Nagyvárad), valamint Bíró Gáborral (KLA) és Buka Szabolccsal, **Kosárlabda** Pápa Krisztiánnal, Kathi Imrével és Máté Józseffel (DIFE Derecske Ifjúságáért Egyesület), **Légtorna** Mogyorós Ritával és Bogival (AerialDeb Légtorna és Mozdalművészeti Sportegyesület), **Játékos sportfoglalkozások** Czeglédiné Kántor Beával, Dézsi Sándorral és Pelle Jánossal, **Atlétika** Dézsi Sándorral,

Ökölvívás Vigh Balázssal, **Karate** Mezei Tündé(Crisul Egyesület Nagyvárád), **Kempó** Magyar Zsolttal és Tulkos Rómeóval (Crisul Egyesület Nagyvárád), **Asztalitenisz** Lupó Imrével és Rácz Péterrel, **Önvédelem** Tóth Zsolt "Kacsa bácsival", **Tábor Tánc** a Valcer Táncstúdió táncosaival



A sporttábor zárónapján **meglepetés vízi játékok** várták a gyerekeket, amit Biharkeresztes Város Önkormányzatának támogatásával tudtunk biztosítani, és egy igazi, hangulatos, „egymás pólóját aláírós”, örömsportos délutánnal zárta a tábor közössége a hetet.

Köszönjük támogatóinknak, hogy mellénk álltak a Növekedésért!