

## **Egész éves, ingyenes sportfoglalkozások indulnak minden korosztálynak Kazincbarcikán!**

Kazincbarcika Város Önkormányzatának támogatásából egész éves, ingyenes sportprogram veszi kezdetét február 19-én. Kéthavonta változó órarenddel, szakképzett oktatókkal több helyszínen, hetente legalább tíz alkalommal várják a mozogni vágyókat. A foglalkozások mindegyike ingyenes, a teljes eszközparkot is az önkormányzat biztosítja.

A Fitt Barcika elnevezésű program órarendje több korosztálynak: kismamáknak, babáknak, 40 vagy 50 felettieknek, fiatal felnőtteknek vagy éppen speciális mozgásformát igénylő, esetleg egészségügyi problémákkal szenvedőknek kínál életkoruknak és állapotuknak megfelelő sportolási lehetőséget. Baráti társaságok, családok, de egyedül érkezők is remekül érzik majd magukat a vidám, jó hangulatú, csoportos órákon.

"Mára sokak számára egyértelművé vált, mennyire fontos a mozgás. Egyre többen igyekeznek a mindennapi munka mellett valamilyen sportot űzni. Van, aki kikapcsolódásként, a stressz levezetésére vagy egészségügyi okokból vág bele, van, akit a versenyszellem hajt. Más-más a motiváció. Városunkban, büszkén mondhatjuk, hogy nagyon komoly sportélet folyik. Mind az óvodákban, iskolákban, a szakági edzéseken és a szabadidő sportokban is egyre nagyobb az igény a minőségi mozgásra. Szerencsére felkészült testnevelők, edzők élnek Kazincbarcikán és a környéken, akik az utánpótlás nevelésben kiemelt szerepet játszanak. Az élsportban is több területen lehetünk büszkéek csapatainkra. A közalgó, hatalmas léptékű, városi sportberuházások még inkább segítik majd ezt a szakmai munkát és a szabadidősport is nagyobb teret kaphat. Kiváló utánpótlásbázis lehetünk a nagy klubok számára, megalapozva és perspektívát adva a fiataloknak a kitűzött sportcélok elérésében.

Az új, egész éves, ingyenes programsorozat azok számára biztosít lehetőséget a sportolásra, akik épp keresik a megfelelő mozgásformát, vagy anyagilag nem engedhetik meg maguknak az

eszközök megvásárlását, a csoportos vagy egyéni edzéseken való részvételt, esetleg egészségügyi problémák miatt speciális foglalkozásra van szükségük vagy csak szeretnének tovább fejlődni. Az órák során kiváló oktatók adnak ízelítőt a különféle csoportos óratípusokból, mozgásfajtákból, mindemellett táplálkozási és életmód tanácsokkal látják majd el a résztvevőket. Ez az ún. tömegsport program számtalan lehetőséget rejt magában a betegségek lehetséges megelőzésétől kezdve a közösségben, csapatban való mozgás és jókedv testre és szellemre gyakorolt hatásán át. A "Fitt Barcika" már akkor sikeresnek mondható és eléri célját, ha reggel frissebben, üdébben ébredünk fel vagy vidám, élményteli pillanatokot szerzünk az edzések alkalmával.." - mondta Szitka Péter polgármester.

A csoportos órák első körben az Egressy Béni Művelődési Központban, a Kazincbarcikai Fedett Uszodában és az Irinyi Tornacsarnokban kerülnek megrendezésre.

Aki az edzésekre biztos helyet szeretne, az előzetesen jelentkezhet a [sportszervezes@barcika.art.hu](mailto:sportszervezes@barcika.art.hu) címen. A jelentkezés a program indulásakor nem kötelező.