



„Bądź FIT!” - zachęcali w Iławie i Sarnówku [ZDJĘCIA]

data aktualizacji: 2024.09.29



Na co dzień dokonuj zdrowszych wyborów, a będziesz lepiej się czuć i funkcjonować! - tą myślą można podsumować działania w ramach projektu "Rozwińmy skrzydła", zrealizowane w dniach 27 i 28 września w Zespole Placówek Szkolno-Wychowawczych w Iławie i Ośrodku TVP w Sarnówku.

Adresatami były osoby z niepełnosprawnością intelektualną - uczestnicy pikniku "Bądź FIT" Olimpiad Specjalnych.

Piknik zorganizowali Warmińsko-Mazurski Oddział Regionalny Olimpiad Specjalnych Polska i Klub Sportowy "Radość" z Iławy.

- To holistyczne spojrzenie na zdrowie naszych uczestników, szansa na to, aby osoby z niepełnosprawnością intelektualną mogły zmienić swój styl życia poprzez zmianę sposobu żywienia, codzienną aktywność fizyczną i dokonywanie innych zdrowszych wyborów - podkreśla Tomasz Kamiński - prezes Klubu "Radość" w Zespole Placówek Szkolno-Wychowawczych w Iławie, który był koordynatorem projektu.

W pikniku uczestniczyło ponad 180 zawodników Stowarzyszenia Olimpiady Specjalne Polska z oddziałów województwa dolnośląskiego, pomorskiego i warmińsko-mazurskiego. W ciągu dwóch dni sportowcy z niepełnosprawnością intelektualną aktywnie spędzali czas, korzystając z przygotowanych przez organizatorów aktywności. W Iławie były to: smocze łodzie, trening fitness, warsztaty kulinarne, trening uważności, warsztaty muzyczno-ruchowe, warsztaty taneczne oraz trening piłkarski. Natomiast drugiego dnia były to: rekreacja na wodzie - rejsy żaglówkami, gra terenowa, rozgrywki sportowe bocce, warsztaty kulinarne, ogrodnicze i rzemieślnicze. Piknik odbył się dzięki zaangażowaniu członków Klubu "Radość" i dyrekcji ZPSW, jak i przyjaciół.

Red. kontakt@infoilawa.pl.

Zdjęcia: organizator.

Źródło: <https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/75995-badz-fit-zachekali-w-ilawie-i-sarnowku-zdjecia>