

Sportovní hry pro seniory se nesly ve znamení mezigenerační solidarity

22.11.2019

Sportovní areál TJ Spojie Praha na Balkáně hostil 16. listopadu 2019 v pořadí páté sportovní hry seniorů.



V rámci pěstování mezigenerační solidarity jsou každý rok zváni za rozhodčí středoškolské studentky a studenti, což platilo i pro tento ročník. Mezi soutěžní disciplíny patřila florbalová střelba na branku, pétanque nebo běh s kolečkem naloženým pneumatikou.



Soutěžení vystřídalo cvičení s fyzioterapeutkou, během něhož se senioři seznámili, jak správně a efektivně cvičit, jak zvýšit mobilitu pohybového aparátu a zachovávat si lepší kondici a ohebnost. Sportovní den zakončila přednáška výživového terapeuta a udělení cen vítězům her.

„Rád bych vyjádřil dík sponzorovi těchto her, kterým je organizace My.Aktivity o. p. s., a zvláště pak Mgr. Romanu Rozbroji,“ uvedl spolupořadatel František Prášek.

Atmosféra mezi účastníky byla vynikající, všichni se dobře bavili a těší se na další ročník.

Text: organizátor akce, foto: Jiří Dědič

Galerie

9 fotografií



