

Název organizace:	Smart Running z.s.
Název projektu:	Běžecká škola Prahy 3
Účel programu:	Podpora sportu pro širokou veřejnost (masového sportu)
Oblast dotačního záměru:	Oblast tělovýchovy a sportu
Celkové náklady:	168 700 Kč
Přidělená dotace:	72 000 Kč
Účel, obsah a cíl projektu:	<p>1. Anotace projektu: Předkládaný projekt Běžecké školy Prahy 3 je dlouhodobým, uceleným projektem pro širokou amatérskou veřejnost, začínající sportovce a mládež, který kombinuje nejen praktickou přípravu v podobě pravidelných běžeckých tréninků, ale poskytuje také teoretické vzdělání prostřednictvím odborných seminářů na téma tréninku, regenerace, kompenzačního cvičení a výživy běžců. V neposlední řadě projekt umožní účastníkům i dalším zájemcům ze všech věkových kategorií získané znalosti a tréninkovou přípravu využít v sérii soutěžních běhů, které budou pořádány v průběhu roku 2016 v běžeckých lokalitách Prahy 3.</p> <p>2. Účel a popis projektu: Jak už je popsáno v anotaci, Smart Running se v rámci Běžecké školy Prahy 3 nechce omezit pouze na běžecký trénink. Chceme účastníkům nabídnout kompletní servis v oblasti běžecké přípravy, včetně vzdělání a možnosti zazávodit si v rámci běžeckého seriálu. Dále chceme zájemcům zprostředkovat setkání s vrcholovými sportovci a reprezentanty v atletice.</p> <p>3. Obsah projektu:</p> <p>3.1. Běžecké tréninky</p> <p>3.2. Odborné semináře</p> <p>3.3. Běžecké závody</p> <p>3.4. Komunikace projektu a mediální pokrytí</p>
Vztah projektu k městské části Praha 3:	<p>Veškeré aktivity projektu Běžecké školy Prahy 3 se budou konat na území MČ Prahy 3, budou tak dobře dostupné občanům MČ. Běžecké tréninky a závody se budou konat v parcích Vrch Vítkov a Pražačka, s plánovaným zázemím ve Sportovním a rekreačním areálu Pražačka. Odborné semináře se budou konat na území MČ Prahy 3 v místě dostupném MHD. Rovněž nabídneme k uveřejnění v Radničních novinách MČ Prahy 3 krátké reportáže z uskutečněných akcí Běžecké školy doplněné o pozvánky na závody či odborné semináře.</p>
Dosavadní činnost žadatele:	<p>Spolek Smart Running z.s. vznikl za účelem poskytnout široké amatérské veřejnosti odborné vedení a vzdělávání v oblasti běhání a v souvisejících oblastech. Smart Running z.s. sdružuje zkušené a kvalifikované trenéry, běžecké odborníky a nadšené běžce všech úrovní od začátečníků po výkonnostní závodníky. Naším cílem je poskytovat široké veřejnosti odborné vedení, poradenství a tréninkové plány v oblasti běhání, tréninku, zdravotního cvičení a výživy.</p> <p>Mimo aktivity zmíněné v projektu Běžecké školy Prahy 3 spolek Smart Running nabízí svým členům přípravu individuálních tréninkových plánů, kompletní výživové poradenství včetně tvorby jídelníčku, konzultaci sportovní výživy a pořádá běžecké tréninkové kempy (soustředění).</p> <p>V současné době pořádáme veřejně přístupné běžecké tréninky 1 x týdně v parku Ladronka a připravujeme individuální tréninkové plány pro členy spolku. V letošním roce jsme uspořádali jeden firemní běžecký závod na 5 a 10 km v parku Stromovka s doprovodným programem pro rodiny s dětmi.</p>

