Kauno miesto savivaldybei

Gerb. Sporto skyriaus vedėjui, Mindaugui Šivickui

PROJEKTAS

JUDĖJIMAS – SVEIKATOS ŠALTINIS!

Norime Jus informuoti, jog 2015 metų lapkričio – gruodžio mėn. Lietuvoje vykdomas vienas didžiausių Lietuvos masinio sporto istorijoje projektas skirtas bendruomenių sveikatinimui per lauko veiklų vykdymą remiantis skandinavišku bendruomenių ir masinio sporto vystymo modeliu. Projektą finansuoja Kūno kultūros ir sporto departamentas prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės.

Projekto aprašymas

Kiekvienos Lietuvos savivaldybės centre, įtraukiant savivaldos vadovus bei atsakingus asmenis už sporto plėtrą, pasitelkiant nacionalinę bei vietinę žiniasklaidą, bus vykdoma masinio sporto ir sveikatinimo kultūros plėtros renginiai vietos bendruomenėms. Pasitelkus kvalifikuotus sportinių veiklų instruktorius bei metodiškai pristatant įvairias fizinio aktyvumo formas vietinių bendruomenių nariams, bus skatinama fizinio aktyvumo augimas Lietuvos regionuose bei miestuose. Kiekvienoje savivaldybėje bus surengtas 2-3 val. trukmės renginys kurį sudarys trys dalys: fizinio pajėgumo nustatymas, dalyvių konsultavimas gautų duomenų pagrindu, bei mokomosios fizinių veiklų pratybos. Veiklas įgyvendins mobili specialistų grupė, kuri aplankys visas Lietuvos savivaldybes (viso 60).

Planuojama, jog viso renginiuose dalyvaus apie 25000 gyventojų, kurie, atlikę fizinio pajėgumo nustatymo testus, bus apmokyti pagrindinių mankštinimosi elementų ir gaus nemokamą galimybę naudotis [www.sportobirza.lt](http://www.sportobirza.lt) video mankštų archyvu net 12 mėnesių.

Projekto veiklos bus vykdomos atvirose erdvėse (lauke), siekiant gyventojams perteikti skandinavišką masinio sportavimo ir lauko sporto užsiėmimo kūno kultūra modelį.

**Kauno miesto savivaldybėje renginys bus vykdomas gruodžio 3 dieną (ketvirtadienį) 18 val, atvirame lengvosios atletikos manieže prie LSU**

Prašome Jūsų į renginį pakviesti:

* Vietos bendruomenės narius;
* Viešojo ir privataus sektoriaus įstaigų ir įmonių darbuotojus;
* Ugdymo įstaigų bendruomenės narius;
* Trečio amžiaus universiteto studentus, senjorus;
* Šeimas.
* Visus besidominčius sveiku gyvenimo būdu.

Renginio planas:

* I dalis: Dalyvių fizinio pajėgumo nustatymas (testavimas);
* II dalis: Dalyvių konsultavimas gautų rezultatų pagrindu;
* III dalis: Kvietimas į pratybas (šiaurietiško ėjimo, bėgimo, mankštos  ir kt. pamokos).
* Renginio trukmė – iki 3 val.
* Renginio pradžia 18 val.
* Renginio vieta: atviras lengvosios atletikos maniežas prie LSU

Nauda bendruomenei ir gyventojams:

* Nemokamos grupinės treniruotės;
* Audimo rengiama loterija;
* Visiems sudalyvavusiems ir užsiregistravusiems dovanosime [www.sportobirza.lt](http://www.sportobirza.lt/) 12 mėnesių nemokamą video treniruočių narystę;
* Nemokamas dalyvių fizinio pajėgumo patikrinimas.

Prašome Jūsų suteikti organizacinę pagalbą renginio įgyvendinimui Jūsų miesto/rajono centre, bei sudaryti sąlygas renginyje dalyvauti Kauno miesto savivaldybės mokyklų moksleiviams ir mokytojams vykdant masinę kūno kultūros pamoką, bei savivaldybės bei savivaldybės įmonių darbuotojams pakviečiant juos į renginį sveikatinimo ir sveikatos stiprinimo .

Prašome paskirti atsakingą asmenį nuo savivaldos renginio pasirengimo ir vykdymo koordinavimui.

Dėl renginio koordinavimo prašome kontaktuoti su Projekto koordinatorium Edgaru Abramavičium, tel. 8655 02190 arba el. paštu [edgaras.abromavicius@lsu.lt](mailto:edgaras.abromavicius@lsu.lt)

Iš anksto dėkojame už pagalbą renginio vykdymui.

Mindaugas Balčiūnas

*Kancleris/ Chancellor*

Lietuvos Sporto Universitetas

*Lithuanian Sports University*

*Sporto 6, LT-44221 Kaunas, Lietuva*

*Tel.: +370 37 302 621*

*Cell: +370 612 31690*

*Fax: +370 37 204 515*

[mindaugas.balciunas@lsu.lt](mailto:mindaugas.balciunas@lsu.lt)

[www.lsu.lt](http://www.lsu.lt/)