

SZAKMAI BESZÁMOLÓ

TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117

Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet

A rendezvényt Püspökladányban szabadtéren, a Sárrét Kincse gyógyfürdő területén 4150. Püspökladány, Petőfi utca 62. sz. alatt tartottuk meg. A rendezvény során hat sportág bemutatóját láthatta a közönség, ill. egyesekben vehetett maga is részt.

Labdarúgás

A bemutatók között helyet kapott egy labdarúgó torna is. A homokos talajon rendezett mini tornán az előzetes jelentkezések alapján 8 csapat vett részt, öt településről: Püspökladányból négy, míg Debrecenből, Báránдрól, Hajdúszovátról és Sárrétudvariból egy-egy csapat. A játékszabály miatt a pályán csapatok 3 mezőnyjátékkal és egy kapussal álltak ki, de a tartalékokkal együtt csapatok 8-10 játékost neveztek. A tornán két db 4- csapatos csoportban játszottak a játékosok, vagyis 12 mérkőzést rendeztek az első fordulóban, majd a kieséses szakaszt követően kialakult a végső sorrend, mely a következő lett:

I. Kotu Kartell

II. Szomi Tej

III. Hajdúszovát Holding

IV. Oláh Team

Torna legjobb kapusa:

Zsolt Arva - Hajdúszovát Holding

A torna gólkirálya:

Imre Kusza Bajnók - Kotu Kartell

A legszebb ollózós találatot szerezte:

Zola Székely - Kotu Kartell

Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117

Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.

Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.

Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találj meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”

Wing Tsun kung fu bemutató

A nézők a sportág jellegzetessége miatt nem kapcsolódtak be a bemutatóba, de nagy érdeklődés mellett zajlott le a Wing Tsun kung fu formagyakorlat bemutató. Ez a sportág egy ősi kínai harművészet, melyet egy apócanő hozott létre több száz évvel ezelőtt- áll a bemutatót tartó püspökladányi Wing Tsun kung fu egyesület honlapján. A kung-fu jelentése magyarul: az összpontosítás művészete, más értelemben nehéz munka. Az összpontosítást a bemutatót tartó sportolók is bemutatták több formagyakorlaton keresztül. A Wing Tsun harci rendszer formagyakorlatai oly mértékben mozgatják át a testet, amely biztosíthatja a hosszú értékes életet. A közel fél órás bemutatót a klub sportolói tartották.



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
 Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
 Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
 Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találj meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”

Vízi zumba

A hölgyek között évtizedek óta sikert arat a zumba. A hagyományos teremben űzött sport azonban nyáron kiválóan gyakorolható szabad ég alatt, sőt akár vízben is. A püspökladányi strand melegvízes medencéjében került sor a vízi zumba foglalkozásra. A fürdőzők nagy örömmel kapcsolódtak be a tréner által a partról tartott bemutató gyakorlataiba. A vízi zumba előnye, hogy fokozza a vérkeringést, csökkenti a testzsír- és a koleszterinszintet, méregtelenít, felpörgeti az anyagcserét. Egyetlen alkalomtól nem várható el, hogy látványosan átformálja a testet, de a rendszeres vízi zumbázók esetében ez is megtörténik. A sport a víz jótékony hatásának köszönhetően nagyszerű megoldás azoknak, akik reumás panaszokkal küzdenek, mivel a mozdulatok lényegesen lassabbak, mint a szárazföldi verziónál, viszont még jobban formál és erősít. Ezen kívül a pörgős, latin ritmusok a résztvevők mentális egészségére is jó hatással vannak.



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
 Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
 Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
 Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”

Karate bemutató

A Kyokushin Pse Püspökladány gyermek és felnőtt sportolói által tartott bemutató kivívta a nézők tiszteletét. A sportág legszebb, legősbibb formagyakorlatait és nézők csodálattal tekintették meg. A Kyokushin Karate alapvetése, hogy nem sportkarate, nem versenykarate, hanem budo karate. Ez azt jelenti, hogy célja a gyakorló jellemének tökéletesítése és nem a versenyeredmények elérése. Ezt a kemény edzések során lehet elérni, amikor az ember szembesül saját korlátaival és legyőzi azokat. Egy Kyokushin mondás: Légy kíméletes másokkal és kíméletlen önmagaddal! A Kyokushin Karate knock-down karate, azaz leütéses rendszerű karate. A küzdelmek védőfelszerelés nélkül (kivéve: a fiúknál herevédő, a lányoknál mellvédő), kiütésig zajlanak úgy, hogy a fej csak lábbal támadható, mivel a karatékák nem viselnek kesztyűt.



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
 Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
 Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
 Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”

Kick-bokszt bemutató

A Báthory Kick & Thai Box Gym tizennégy gyermek é felnőtt sportolója által tartott bemutatója által a sportág lényegéből kaptak ízelítőt a nézők. A sportegyesület a legnagyobb hangsúlyt a Low Kick Light / gyerekek / Low Kick, K1, és a Thai Box oktatására tehát a ring sportokra helyezi, haladó és versenyző szinten. A füves területen tartott csaknem perces bemutatóból is kiviláglott a kick-bokszt, mint sportágot alapítók szándéka: az ütéseket és rúgásokat használó távol-keleti eredetű harcművészetek – a (japán eredetű) karate, a (koreai eredetű) taekwondo és a (kínai eredetű) kungfu, valamint a thaiföldi eredetű muay thai – mozgásanyagát továbbfejlesztve, azokat ötvözve a bokszt technikákkal, egy önálló, deklaráltan verseny-centrikus küzdősportot hozzanak létre. A kick-box nem tagadja a tradicionális gyökereit, de önmagát nem harcművészetként, hanem egy modern küzdősportként határozza meg. A bemutatón látottak pedig erről győzték meg az érdeklődő nézőket.



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
 Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
 Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
 Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”

Aquagym bemutató

Az aquagym egy olyan sportág, amely az aerobik egy változata és amely vízi környezetben, melegvízes medencében vagy uszodában zajlik. A sportág egyesíti aerobik és az úszás előnyeit. már maga a kifejezés - aquagym – is a gimnasztika és a víz szavak egyesítéséből származik. Szemben a vízi zumbával, mely zenére végrehajtott , többnyire leginkább gyors mozzulatokkal végrehajtott, akár táncos lépésekből és elemekből áll, a aqua gym, egy gimnasztikai gyakorlatokból és úszó mozzulatokból álló sportág. Az aquagím célja, hogy a többnyire ülő munkát végző vagy idős emberek izmait vízben mozgassa át, ezzel növelve a kardiopulmonális és a neuromuszkuláris kapacitást. A vízi gimnasztika legnagyobb előnye, hogy az a közeg, vagyis a víz, amelyben a gyakorlatokat végrhajtják, megkönnyíti az összes mozgást, valamint nagyobb fáradtságtűrést biztosít a hidrogravitáció révén.



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
 Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
 Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
 Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”

Színpad és hangosítás



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01117
 Név: Püspökladányi Egészségügyi Szolgáltató Nonprofit Kft.
 Székhely: 4150 Püspökladány, Kossuth út 1.
 Projekt cím: „Püspökladányi Sport és Egészségnapok – találd meg a neked legmegfelelőbb szabadidős tevékenységet!”