

Sport jest Kobietą - Śniadanie Mistrzyń

26.09.2022 10:57 Tomasz Lewandowski / Wydział Sportu

kategoria: **Aktualności sportowe**

W piątek 30 września w Akademickim Centrum Sportowo-Dydaktycznym Politechniki Łódzkiej - Zatoka Sportu odbędzie się projekt realizowany przez Fundację Otylii Jędrzejczak pod nazwą „Sport jest Kobietą - Śniadanie Mistrzyń”. W spotkaniu z kobietami udział wezmą m.in. wybitne sportswomenki, z medalistkami olimpijskimi na czele.



Śniadanie Mistrzyń to zajęcia edukacyjno-sportowe, w trakcie których bardzo duży nacisk stawiany będzie na motywację oraz budowanie wzajemnych relacji. – Naszym celem jest łączenie pokoleń. Chcemy, by córki, mamy i babcie nie tylko zdrowo spędzały czas, ale także umiały budować dobre i trwałe relacje – mówi Otylia Jędrzejczak, jedyna polska mistrzyni olimpijska w pływaniu.

We piątek, 30 września, do Zatoki Sportu przy Politechnice Łódzkiej, na zaproszenie Otylii Jędrzejczak przyjadą srebrna i brązowa medalistka olimpijska w kajakowym sprincie Anna Puławska i była wicemistrzyni świata w rzucie młotem, a dziś trenerka mistrza olimpijskiego Wojciecha Nowickiego – Joanna Fiodorow.

– Sport jest nieprzewidywalny, tak jak każda z kobiet ma wiele twarzy, zarówno tych pozytywnych, jak i negatywnych i myślę, co jest oczywiście powiązane z hormonami. Dlatego absolutnie podpisuję się pod stwierdzeniem, że sport jest kobietą – mówi Fiodorow.

Spotkanie rozpocznie się o godz. 10.15, a w programie są m.in. dwa panele z zaproszonymi mistrzyniami oraz wykład specjalisty – tym razem poruszony zostanie temat nowych technologii w codziennym życiu. Będą też oczywiście zajęcia z Klaudią Koźbiał, renomowaną trenerką personalną z Krakowa, która zaprezentuje zestaw ćwiczeń dostosowanych do różnych grup wiekowych.

– Każda z odsłon naszego projektu ma swój motyw przewodni. Tym razem zaproszony przez nas specjalista powie o tym, jak zadbać o odpowiedni balans między światem wirtualnym, a rzeczywistym. Zasugerujemy również, jak dotrzeć do wartościowych treści i jednocześnie jak najlepiej wykorzystać skarbnicę wiedzy, którą nosimy na co dzień we własnych kieszeniach – dodaje Jędrzejczak.

To będzie pierwsza z trzech tegorocznych edycji tej akcji, którą organizuje Fundacja Otylii Jędrzejczak. Kolejne odbędą się w październiku w Żninie w Kujawsko-Pomorskiem oraz w

listopadzie w hotelu Narvil w Serocku pod Warszawą.

Realizowany przez Fundację Otylii Jędrzejczak projekt „Sport jest Kobietą - Śniadanie Mistrzyń” współfinansowany jest ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki. Łódzka odsłona dofinansowana jest ze środków Wydziału Sportu Urzędu Miasta Łodzi w ramach zadania Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2022-2025: Łódź Sportowa- organizacja imprez sportowo-rekreacyjnych. Partnerem projektu jest także Polskie Stowarzyszenie Sportu Kobiet.

