



Treniruočių STIMULUS projektas „Treniruočių gyventojams organizavimas“, bendrai finansuojamas Sporto rėmimo fondo lėšomis, jau įpusėjo!

Treniruočių studija STIMULUS kartu su Sporto rėmimo fondu nuo 2021 m. sausio mėnesio vykdo projektą „Treniruočių gyventojams organizavimas“ pagal Sporto rėmimo fondo veiklos sritį Fizinio aktyvumo veiklos, skatinančios fizinio aktyvumo plėtrą. Projekto metu Vilniaus miesto savivaldybės darželių darbuotojams du kartus per savaitę organizuojamos nemokamos mankštos, pagrįstos sveikatingumo, kineziterapijų, pilates mankštų principais. Labai džiaugiamės, kad prie projekto prisijungė net 25 Vilniaus miesto darželiai, o tai yra apie 1800 darželių darbuotojų!

Atliekant pasitenkinimo mankštomis apklausą sužinojome, kad pagrindinė priežastis, dėl kurios sportuoja projekte dalyvaujantys yra pagerėjusi emocinė būklė po fizinės veiklos. Esame labai laimingi, kad galime prisidėti prie mūsų vaikais besirūpinančių pedagogų emocinės sveikatos, ypač tokiu ypatingai sunkiu laikotarpiu kaip dabar.

Apklausos duomenimis didžiąją dalį sportuojančių sudaro 30-49 metų amžiaus grupė (47 proc.), tačiau nei kiek neatsilieka ir 50-65 amžiaus darželių darbuotojos (-jai), kurie sudaro net 38 proc. sportuojančių.

Tačiau visgi didžiausią džiaugsmą mūsų komandai kelia tai, kad net 30 proc. apklaustųjų, kurie šiuo metu sportuoja 2 kartus per savaitę, iki projekto apskritai nesportavo! Argi tai ne nuostabu? Net jei tai tik statistika, net jei pradedantys atlieka tik pusę treniruotės „puse kojos“, mes esame be galo laimingi, kad žmonės jaučia, supranta ir patiria fizinio aktyvumo naudą. Tai uždega dirbti dėl Jūsų!

Kartu norime padėkoti Vilniaus darželių vadovams, kurie sureagavo į mūsų kvietimą ir prisijungė prie šio projekto.

Tad mes bėgame į salę filmuoti Jums mankštų, o Jūs pasidžiaukite savimi – visi turime paroje tas pačias 24 valandas, ir Jūs randate jose laiko savo sveikatai.

Iki susitikimų treniruotėse.

STIMULUS komanda