



Wydarzenia

Piątek, 26 maja 2017

XXIII Sportowy Turniej Miast i Gmin

Tradycyjnie w dniach od 26 maja do 1 czerwca 2017 r. w Gorlicach odbędą się imprezy rekreacyjno – sportowe w ramach Tygodnia Sportu i Sportowego Turnieju Miast i Gmin.

Głównym celem imprezy jest aktywizacja ruchowa jak największej liczby mieszkańców od przedszkolaka do seniora, szczególnie tych, którzy nie uprawiają sportu systematycznie. Od kilku lat liczba uczestników oraz liczba organizaowanych imprez plasuje Miasto Gorlice w pierwszej szóstce w skali kraju, oraz w pierwszej trójce w województwie małopolskim. Jest to zasługa organizatorów imprez w przedszkolach, szkołach, organizacjach sportowych, zrzeszeniach, Zarządach Osiedli, a także instytucjach i zakładach pracy. Koordynacją poczynąń w tym zakresie zajmuje się Dział Sportu OSiR Gorlice.

Serdecznie zapraszamy do uczestnictwa!

Do 22 maja 2017 r. – OSiR przyjmuje zgłoszenia od wszystkich organizatorów imprez tworząc tzw. kalendarz planowanych imprez, który zawiera: datę imprezy, nazwę imprezy, nazwę organizatora z podaniem telefonów kontaktowych, miejsce imprezy oraz godzinę jej przeprowadzenia. Następnie do dnia 5 czerwca 2017 r. OSiR przyjmuje meldunki z przeprowadzenia imprez wg wzoru: data imprezy, miejsce przeprowadzenia imprezy oraz godzinę, nazwę imprezy, liczbę startujących.

Kalendarz imprez będzie umieszczony na stronie internetowej UM Gorlice www.gorlice.pl podobnie sprawozdanie z organizacji imprez. Na podstawie danych podanych w sprawozdaniu Centralna i wojewódzka Komisja Turnieju ustala kolejność miast i gmin w 5 grupach w zależności od liczby mieszkańców.

O wynikach decydują następujące elementy:

- liczba uczestników s stosunku do liczby mieszkańców,
- iloczyn imprez i dni w których odbyły się imprezy,
- liczba uczestników w teście Coopera.

Celem tygodnia sportu jest liczny udział w imprezach turniejowych:

- promowanie aktywności ruchowej jako najlepszej formie spędzania wolnego czasu i zdrowego trybu życia,
- uświadomienie potrzeby systematycznej rekreacji u osób nieaktywnych w różnych środowiskach i grupach zawodowych w różnym wieku także niepełnosprawnych.

Jednym z najprostszych sposobów sprawdzenia kondycji fizycznej jest próba wytrzymałościowa tzw. test Coopera. W czasie 12 minut należy biegiem lub marszobiegiem pokonać jak najszybciej dystans. W zależności od wieku i płci można uzyskać ocenę bardzo dobrą do bardzo złej w skali 5- cio stopniowej.

Organizatorzy zapraszają wszystkich do udziału w teście i sprawdzeniu Waszej sprawności fizycznej.

Wszelkich informacji można uzyskać pod numerem telefonu 18 352 69 70.