



INFORMACJA, al. Niepodległości 34, 61-714 Poznań, hol główny, tel.: 61 626 66 66; fax 61 626 67 44, e-mail: kancelaria@umww.pl

## Wielka Rozgrzewka przed Narodowym Dniem Sportu – dołącz do rywalizacji województw!



**Do Narodowego Dnia Sportu pozostał równo miesiąc! Bezpłatne treningi w całym kraju już 19 września. Na uczestników i uczestniczki czeka wiele dyscyplin - zaczynając od uwielbianej piłki nożnej czy siatkówki poprzez energetyczny fitness, a kończąc na takich nietypowych sportach jak stand up paddle czy baśka. Jednak przygotowania warto rozpocząć już wcześniej, dlatego organizatorzy proponują Wielką Rozgrzewkę, w której udział może wziąć**



## każdy mieszkaniec i mieszkanka Polski!

Wielka Rozgrzewka przed Narodowym Dniem Sportu to okazja do sprawdzenia swoich umiejętności, poprawienia swojej kondycji, odkrycia nowych sportowych pasji, promocji aktywności fizycznej w naszym kraju, a także wzięcia udziału w ogólnopolskiej rywalizacji województw.

### Wielka Rozgrzewka - jak się włączyć?

Aby wziąć udział w Wielkiej Rozgrzewce przed Narodowym Dniem Sportu **wystarczy jedynie zarejestrować się w aplikacji Endomondo** lub się do niej zalogować. Następnie trzeba dołączyć do rywalizacji poprzez link [www.endomondo.com/challenges/44465127](http://www.endomondo.com/challenges/44465127). Kryterium jest liczba aktywnych minut, które spędzamy, trenując dowolną aktywność sportową- przejechanych na rowerze, rolkach, wrotkach, hulajnodze, przebiegniętych czy przechodzonych.

Uczestniczki i uczestnicy reprezentują swoje województwa - wygrany region zostanie **Sportowym Województwem roku 2020**. Wielka Rozgrzewka trwa do 19 września do godziny 9:00.

### Narodowy Dzień Sportu 2020

Narodowy Dzień Sportu to wielkie święto wszystkich osób aktywnych fizycznie i doskonały pretekst do rozpoczęcia nowego, sportowego życia przez tzw. „kanapowców”. Celem kampanii jest popularyzacja sportu wśród dzieci i dorosłych oraz stworzenie możliwości do poznania i spróbowania swoich sił w nieznanymi dotąd dyscyplinach sportowych. „Poprzednie edycje Narodowego Dnia Sportu przyciągały tysiące osób, a wydarzenia w ramach NDS liczyliśmy w setkach. W tym roku - z powodu niepewnej sytuacji epidemiologicznej - część naszych działań przenosimy do przestrzeni wirtualnej. **Chcemy udowodnić wszystkim Polakom, że do uprawiania pełnowartościowego sportu wystarczy kawałek podłogi w naszym mieszkaniu.** Nie rezygnujemy jednak z tego, z czego Narodowy Dzień Sportu słynie. **Organizujemy bezpłatne treningi w całym kraju, angażując lubianych i utytułowanych sportowców, ośrodki sportowe, siłownie i kluby fitness”** - mówi Krystyna Radkowska, Prezeska Fundacji Zwalczyć Nudę, organizatorka kampanii społecznej.

Bezpłatne treningi w ramach Narodowego Dnia sportu odbędą się 19 września m.in. w Warszawie, Wrocławiu, Toruniu czy mniejszych miejscowościach, takich jak Ciechocinek, Biała Podlaska oraz Bełchatów. Treningi organizowane online będzie można obejrzeć na stronie [www.narodowydziensportu.pl](http://www.narodowydziensportu.pl) oraz na Facebooku Narodowy Dzień Sportu. Kampania społeczna jest współfinansowana przez Ministerstwo Sportu.

### Narodowy Dzień Sportu

19 września

Strona internetowa: [www.narodowydziensportu.pl](http://www.narodowydziensportu.pl)

Facebook: [www.facebook.com/NarodowyDzienSportu](https://www.facebook.com/NarodowyDzienSportu)

Kontakt dla mediów

Aleksandra Stronkowska

[promocja@zwalcznude.pl](mailto:promocja@zwalcznude.pl)

tel. 665 590 237

Patroni Narodowego Dnia Sportu w województwie:

Infokonin.pl

TVP3 Poznań

Przełęcz Koniński

Nasz Głos Poznański

Radio Afera

Patroni medialni ogólnopolscy:

TVP Sport

Radio Eska



Tygodnik Przegląd  
Wprost  
Nasze Miasto  
Fit.pl  
Stress Free  
Fitrepublic.pl  
Asystent-trenera.pl  
Joga-joga  
Dlastudenta.pl  
biegologia.pl  
www.golfpl.com  
leszczynskisport.pl  
polski.fitness  
TOP Golf  
Elitarny Klub Golfowy  
Golf.pl  
TV golf.pl  
Dla Was Info  
Bosonamacie.pl

Patronat honorowy:  
Marszałek Województwa Wielkopolskiego  
Minister Sportu  
Polski Komitet Olimpijski  
Polski Komitet Paraolimpijski  
Polski Komitet Sportów Nieolimpijskich  
Rzecznik Praw Dziecka



Dziękujemy za odwiedzinę i zapraszamy ponownie