



BIRKÓZÓ EDZÉS

BEREFÜRDŐN

Ókori sportág, modern technikák, újkori gyerekeknek!

A birkózás az olimpiák tekintetében a harmadik legeredményesebb magyar sportág!

Kiknek ajánlott?

Minden fiatalnak, aki nem fél a küzdelemtől. Elkerülhetetlen tulajdonságok: kitartás, szorgalom, fájdalomtűrés. Az eredményességhez elkerülhetetlen az eszesség, akaratosság és a jó alkat.

Milyen képességeket fejleszt?

Erő, gyorsaság, ügyesség, állóképesség, hajlékonyság és lazaság.



Nem szükséges előképzettség!

Helyszín: Volt Üvegyár területe, MR. TUS birkózóterem, Berekfürdő

Időpont: minden héten hétfőn és szerdán délután 17:00 órától

Jelentkezés: Kurucz István „Pityók” +3670 316 2301 (edző)



Gyors döntések, lényeglátás, ügyesség; az élet minden területén fontos képességeket fejlesztenek az úgynevezett „kontakt sportok” – állítja Barna Tibor, a Semmelweis Egyetem Testnevelési és Sporttudományi Kar Küzdősportok tanszékének vezetője.

– Kinek való a birkózás?

– Ezeknek a sportágaknak rendkívüli a személyiségformáló és képességfejlesztő hatásuk, ezért mindenkinek ajánlom, szerény, visszahúzó típusú gyerekeknek is, fiúknak, lányoknak egyaránt – válaszolt Barna Tibor. – A birkózás is valós küzdősport. Itt valóban a test-test elleni küzdelemé a főszerep, nem pedig az esztétikáé, mint egyes harcművészeteknél, ahol a lényeg, hogy szép mozdulatsorokat mutassanak be.

Segítőink:

Berekfürdői Sportegyesület, Berekfürdő Község Önkormányzata, Veress Zoltán Általános Iskola

dr. Hegedűs Csaba olimpiai bajnok, szakosztályunk elnöke, Berek-Víz Kft

