

## ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA K PROJEKTU SPORTUJEME V NOVÉ TROJCE 2022

**Oblast dotačního programu:** Dotační program pro oblast tělovýchovy a sportu

**Účel:** podpora sportu pro širokou veřejnost (nevýkonnostní sport)

Projekt byl zaměřen na přímou práci s klienty. Jeho obsahem byla realizace pravidelných i jednorázových sportovních programů Nové Trojky pro širokou veřejnost.

V roce 2022 jsme mohli opět otevřít sportovní aktivity bez omezení, což se projevilo pozitivně v počtu přihlášených sportovců, zájem o pravidelné sportovní aktivity je velký, kapacity většiny kurzů jsou zcela naplněny.

Venkovní aktivity rovněž probíhaly podle plánu. V minulém roce zavedené permanentky se osvědčily a využívá je stále více sportovců.

**V roce 2022 jsme realizovali tyto sportovní aktivity:**

Pravidelné, probíhající každý týden po dobu školního roku - s některými obměnami zaměření kurzů v jednotlivých pololetích (první pololetí **15**, druhé pololetí **14** aktivit týdně)

Relaxační tanec, Bodystyling klasik, Bodystyling mix, Cvičení s fyzioterapeutkou (současně online), Pilates s fyzioterapeutkou, Pilates pro pokročilé, Powerjóga, Bootcamp intervalový trénink, Bootcamp komplexní funkční trénink, Light run pro ženy, Hatha jóga, Ranní jógové protažení, Jóga online.

Celkem bylo přihlášeno **177** účastníků kurzů ve dvou pololetích.

Pravidelné, probíhající každý týden po dobu školních prázdnin (**5** aktivit týdně):

Sportovní léto – možnost cvičení od pondělí do čtvrtka i o prázdninách a dovolených:

letní Pilates, letní Bootcamp – komplexní trénink, letní Bootcamp – ranní rozcvička, letní Bodystyling, letní Light run pro ženy.

Celkem se pravidelných letních aktivit zúčastnilo **46** sportovců.

I v tomto programu se uplatňovaly permanentky a více účastníků také cvičilo online.

Trvalý zájem byl o pravidelný program Sportovní podvečer. Proběhlo celkem **10** těchto aktivit s účastí **25** sportovců.

Jednorázové sportovní aktivity proběhly v loňském roce s nižší účastí.

Závod Běchovice – Praha (**3** osoby), sportovně charitativní akce Teribear (**5** osob, bohužel, vzhledem ke změně místa konání, se této akce zúčastnilo méně sportovců než v minulých letech).

Uskutečnil se jeden zimní sportovní víkend s účastí **11** osob a **15** jednodenních sportovních dní pro tým **15** osob (průměrná účast byla 8 osob na akci). Jednorázových sportovních akcí (např. běh Prahou na Národní třídu, přechod Brd, celodenní bootcamp v Litoměřicích) se tak zúčastnilo **34** osob.

Celkově hodnotíme projekt jako úspěšný a přínosný a budeme v něm pokračovat i v příštím roce.

V Praze, dne 18. ledna 2023