

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA K PROJEKTU SPORTUJEME V NOVÉ TROJCE 2024

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 2024 byl zájem o pravidelné sportovní aktivity stabilní, kapacity většiny kurzů byly zcela naplněny.

Venkovní aktivity rovněž probíhaly podle plánu. Využívány jsou zavedené permanentky.

V roce 2024 jsme realizovali tyto sportovní aktivity:

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

Relaxační tanec, Bodystyling I, Bodystyling II, Cvičení s fyzioterapeutkou, Pilates s fyzioterapeutkou, Pilates pro pokročilé, Powerjóga, Bootcamp ranní rozcvička, Bootcamp komplexní funkční trénink, Light run pro ženy, Hatha jóga, Ranní jógové protažení.

Ve druhém pololetí ještě přibýly 2 kurzy, určené pro rodiče s přítomností dětí: Poporodní jóga a Kruhový trénink.

Celkem bylo přihlášeno **162** 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 **48** 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 **30** sportovců.

Jednorázové sportovní aktivity, které proběhly:

Závod Běchovice – Praha (3 osoby)

Podzimní běh Prahou na Národní třídu (11 osob)

Zimní sportovní víkend (18 osob)

Podzimní sportovní víkend (16 osob)

Celkem se jednorázových akcí zúčastnilo **48** osob.

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

V Praze, dne 17. ledna 2025

Zpracovala: Mgr. Jolana Kurzweilová, Nová Trojka