TJ Sokol Budíškovice, DĚTSKÁ JÓGA S MÍŠOU na Spořťáčku v

Českých Budějovicích 29.8.2015

Jak to všechno začalo? V roce 2013 jsem absolvovala kurz metodiky cvičení dětské jógy u Hanky Luhanové a Olgy Trojovské. V červnu jsem oslovila TJ Sokol Budíškovice a pod jeho záštitou jsem začala cvičit prázdninovou dětskou jógu. Děti přes prázdniny absolvovali celkem 15 lekcí jógy a také společný výlet do Telče.

TJ Sokol Budíškovice nám poskytnul jógové podložky a Obec Budíškovice tělocvičnu.

V průběhu prázdnin oslovili pořadatelé festivalu ,,Sporťáček" paní Editu Karkoškovou (TJ Sokol Budíškovice) a nabídli nám účast na této akci. Rozhodli jsme se festivalu zúčastnit a s nadšením jsme začali s jogínky nacvičovat sestavu na vystoupení.

Tento festival však neznamenal pouze předvést nacvičenou sestavu, ale především umožnil dětem jednotlivé nabízené sporty vyzkoušet a rodičům byly poskytnuty potřebné informace o daném sportu.

V sobotu ráno jsme se vydali na cestu do Českých Budějovic, vezli jsme sebou materiály na prezentaci jógy, pořádnou svačinu a především natěšené jogínky.

Po příjezdu do areálu na nás čekal stánek č. 30, kde jsme měli nachystané veškeré zázemí. Kromě jógy jsme nabízeli dětem malování na obličej, což mělo taktéž velký úspěch. V průběhu dne k nám přicházely děti zacvičit si jógu společně s našimi jogínky. Rodiče si u nás mohli vzít letáčky a krásné jógové obrázky, které mi poskytla Hanka Luhanová, ředitelka ,,České asociace dětské jógy", za což velice děkuji.

V deset hodin celý festival oficiálně zahájili moderátoři akce, Zorka Hejdová a Pavel Cejnar. Provázeli nás celým dnem a lákali děti na různé sportovní stanoviště. Nechybělo i soutěžení o pěkné ceny od sponzorů sporťáčku. Děti si mohly vyzkoušet 47 různých sportů na jednotlivých stanovištích. Nejkrásnější bylo vidět na nich radost z pohybu. Na festivalu mohli děti využít skákací hrad, jízdu na motokárách nebo horolezeckou stěnu. Také slavných sportovců z českých Budějovic nebylo na této akci málo, například hokejisté z HC Motor si zahráli hokej na umělém ledě přímo s mladými hokejisty, nebo hokejová legenda Jaroslav Pouzar rozdával autogramy všem fanouškům.

V 11:45 přišla naše velká chvíle, na hlavním pódiu jsme na písničku Imagine zacvičili s jogínky naši sestavu, která se povedla na jedničku. Odměnou nám byl potlesk a dobrý pocit, že jsme to zvládli. Naše děti byly na vystoupení nejmladší účastníci sporťáčku.

Hlavním mottem festivalu Sporťáček je : ,,Výběr sportu zodpovědně", což se na této akci, kde si děti sami sport vyzkouší dokonale plní.

Tímto děkuji TJ Sokol Budíškovice a pořadatelům festivalu za možnost zúčastnit se a užít si krásný den plný sportu.

za TJ Sokol Budíškovice

Michaela Přívětivá