

Pohybové aktivity zdarma po celé ČR nabízí projekt Aktivní září

29.8.2023 - | Česká unie sportu

Kdo je aktivní, ten září! To je motto projektu Aktivní září, za nímž stojí Nadační fond Aktivní ČESKO, jehož zakládajícím členem je Česká unie sportu.

Po celý měsíc bude po celé České republice probíhat mnoho zajímavých pohybových aktivit, které budou pro veřejnost ZDARMA a jež mají společný cíl: přivést co nejvíce lidí k fyzické aktivitě, která zlepšuje kondici, zdraví i náladu!

„Aktivní září je celorepubliková kampaň, která chce širokou veřejnost seznámit s pozitivními přínosy pravidelného pohybu pro fyzické a psychické zdraví. Organizuje ji Nadační fond Aktivní ČESKO společně se sportovišti, lékaři, školami, zaměstnavateli a mnoha dalšími subjekty, kterým není lhostejný zhoršující se zdravotní stav naší populace, související právě s nedostatkem pohybu v každodenním životě,“ říká **Jana Havrdová z České komory fitness a viceprezidentka Hospodářské komory ČR**, která stála u zrodu nadačního fondu, v němž spojilo své síly nevídané množství subjektů. Nyní se představují prvním projektem, jímž je Aktivní září.

Široké veřejnosti – od dětí po seniory a od sportovců po ty, kteří pohybu ještě nepřišli na chuť – představuje tento projekt spoustu zajímavých aktivit, do nichž se mohou **všichni zapojit zdarma**, ať už se jedná o cvičení, přednášky, zdravotní diagnostiky nebo třeba zábavné akce, a to po celé republice.

Více informací o projektu Aktivní září, kalendář jednotlivých akcí i mapu zapojených sportovišť najdete na www.aktivnicesko.cz a na sociálních sítích (Facebook, Instagram a YouTube s názvem Aktivní ČESKO).

<https://www.cuscz.cz/novinky/pohybove-aktivity-zdarma-po-cele-cr-nabizi-projekt-aktivni-zari.html>