

Od Baníku po lukostřelbu: Lékařská fakulta Ostravské univerzity spustila další ročník Akademie zdravého sportu

9.3.2026 - | Fakultní nemocnice Ostrava

Lékařská fakulta Ostravské univerzity zahájila další ročník projektu Akademie zdravého sportu. Úvodní teoretický blok, který se uskutečnil včera v aule nového Děkanátu lékařské fakulty, přilákal více než čtyři desítky účastníků z řad trenérů, lékařů i fyzioterapeutů sportovních klubů. Projekt tak nadále významně přispívá ke zkvalitňování sportovního prostředí v Moravskoslezském kraji.

První část nového ročníku nabídla odborné přednášky zaměřené na aktuální témata sportovní praxe - kompenzační cvičení a sportovní trénink, rehabilitaci a regeneraci a také přetížení pohybového aparátu a nadměrnou pohybovou aktivitu u dětí. Program vedli odborníci z Lékařské fakulty Ostravské univerzity a Fakultní nemocnice Ostrava.

„Velmi mě těší, že o ‚Akademii zdravého sportu‘ na Lékařské fakultě Ostravské univerzity je zájem i po několika letech od otevření prvního cyklu. A velkou radost mám i ze širokého spektra účastníků. Zájem o školení našimi odborníky z LF OU a FN Ostrava mají nejen trenéři, ale i lékaři a fyzioterapeuti sportovních klubů,“ říká děkan Lékařské fakulty Ostravské univerzity doc. MUDr. Rastislav Maďar, PhD., MBA, FRCPS.

Akademie dlouhodobě propojuje sportovní praxi s medicínou, fyzioterapií a prevencí zdravotních rizik spojených se sportovní zátěží. Je určena především trenérům a odborníkům, kteří pracují s dětmi, mládeží i dospělými sportovci. Systematické vzdělávání trenérů a sportovních odborníků přispívá ke snižování rizika zranění a podporuje zdravý pohyb u mladé generace v regionu.

„Akademie zdravého sportu ukazuje, že zdravý pohyb začíná porozuměním našemu tělu. Spojujeme poznatky moderní tělovýchovy a fyzioterapie, abychom ukázali, jak sportovat bezpečně, efektivně a s respektem k individuálním možnostem. Právě prevence a správná pohybová technika jsou základem dlouhodobého zdraví,“ dodává doc. MUDr. Dalibor Pastucha, Ph.D., MBA, přednosta Kliniky rehabilitace a tělovýchovného lékařství Lékařské fakulty Ostravské univerzity a Fakultní nemocnice Ostrava, který je zároveň odborným garantem projektu.

Na akci dorazili například trenéři z fotbalového klubu FC Baník Ostrava, z atletického klubu v Ostravě-Porubě, trenéři bojových umění, lukostřelby nebo z České baseballové akademie Ostrava. Byl mezi nimi i Jakub Humla, trenér dorostu Baníku, který je zároveň absolventem ostravské lékařské fakulty: *„Jako absolvent fyzioterapie mám k Akademii zdravého sportu blízký vztah. Oceňuji, že fakulta dlouhodobě propojuje teorii s praxí a že se i jako trenéři můžeme dál vzdělávat přímo v regionu. Každé podobné setkání přináší nový pohled, inspiraci a možnost konfrontovat vlastní zkušenosti s odborníky.“*

Akademie zdravého sportu bude pokračovat dalšími dvěma částmi zaměřenými na praktické workshopy a aplikaci získaných poznatků do každodenní tréninkové praxe. Lékařská fakulta Ostravské univerzity tak dlouhodobě posiluje svou roli odborného partnera sportovních klubů a institucí v regionu a přispívá k rozvoji zdravého sportovního prostředí. Akademii zdravého sportu může realizovat také díky podpoře Všeobecné zdravotní pojišťovny. Ta v Moravskoslezském kraji

dlouhodobě podporuje aktivity zaměřené na prevenci a podporu zdravého životního stylu, mezi něž tento projekt bezesporu patří.

<https://www.fno.cz/novinky/od-baniku-po-lukostrelbu-lekarska-fakulta-ostravske-univerzity-spustila-dalsi-rocnik-akademie-zdraveho-sportu>