

EURÓPA
SPORT és
EGÉSZSÉG
NAPJA

2013.
SZEPTEMBER 21.
10.00 – 17.00
MARGITSZIGET

MINDEN
PROGRAM
INGYENES!



Budapesti Szövetségek Sportinformációs pontja: Mit, hol, mikor? Válaszok azonnal.

www.europasportnap.hu

IHAROS SÁNDOR MARGITSZIGETI ATLÉTIKAI CENTRUM

Asztali hoki*	Szabad játék	Légvár	Ugrálj kedvedre
Asztalitenisz*	Szabad játék	Mediball*	Sportágat népszerűsítő bemutatók, kipróbálási lehetőség
Atlétika*	30m-es futás fotocellás időméréssel, távolugrás	Népi játékok	Gladiátorviadal, hordólovaglás
Bocsa, Petanque*	Szabad játék	Nordic Walking*	Gyaloglás nordic walking botokkal
 BSZSZ Moccanj! próbasorozat	Eró, állóképesség, ügyesség, egyensúly feladatok 10 állomáson	Parkröplabda*	Bemutatók, szabad játék
Csapatjátékok faeszközökkel*	Muszkli-dinamikus fociasztal, golyópálya építés, Jokari-ütös játék.	Rekeszépítés*	Építs tornyot magad alatt
Életmód, Egészségügyi szűrések	Vérnyomás, vércukor, koleszterin mérés, dietetikus tanácsadás, életmód, életviteli tanácsadás	Streetball	Főiskolai, Egyetemi Utcai Kosárlabda Kupa
Fogyatékkal élők programja*	Gördülő táncosok, látássérültek-braille írás bemutatása, különleges eszközök, speciális kerékpárok, kerekesszékek bemutatása, kipróbálási lehetőséggel, életmentés, újraélesztés, szkander, érzékszervi játékok	Szivacskezilabda	FSZSE Kupa iskolák, egyesületek részére
Gumiasztal*	Ügyességi próba a gumiasztalon	Színpad	A színpadon a Budapesti Szabadidőport Szövetség tagegyesületeinek változatos látványos sportbemutatói váltják egymást.
Gyermek foci kupa	U 7, U 8, U9 kispályás bajnokság	Tekesport*	Sportági bemutató, gyakorlási lehetőség
Léghoki	Szabad játék	Tollaslabda*	Versenyek helyszíni nevezés alapján, szabad játék, oktatás
		Tűzoltó bemutató*	Sportos versenyek a tűzoltóautó eszközeivel
		Vívás*	Bemutató, ügyességi játékok

NAGYRÉT

10:30	500 m „Fuss a Kutyáddal” kutyás futás	Gumiasztal*	Ügyességi próba a gumiasztalon
10:30	1500 m „Fuss a Kutyáddal” kutyás futás	Nordic Walking*	Gyaloglás nordic walking botokkal
10:40	3000 m futás – férfi, női kategória	Parkröplabda	Iskolai, egyesületi bajnokság
A Futóversenyről információ, nevezés: www.bpatletika.hu		Tájfutás*	Mikrosprint svéd pálya
		Tollaslabda*	Versenyek helyszíni nevezés alapján, szabad játék, oktatás
		Tereproller*	Ügyességi pálya terepen

* A csillaggal jelölt sportágak próbahelyszíneik is egyben, teljesíts 8-at és kérdd el az ajándékod az Igazoló Lap leadó helyeken. (Margitszigeti Atlétikai Centrum főbejáratánál, Nagyréti Víztorny felőli sarkánál)

MINDEN
PROGRAM
INGYENES!

IHAROS SÁNDOR MARGITSZIGETI ATLÉTIKAI CENTRUM

MARGITSZIGET

VÍZTORONY – NAGYRÉT

A rendezvény a MOB és az Emberi Erőforrások Minisztériuma támogatásával valósul meg.