

## **A sport és a személyiség**

Egyedül vagy csoportban, szabadtéren vagy teremben, profi vagy amatőr sportolóként, fiatal vagy idős korban? A testmozgás egyik szépsége a sokféleségben rejlik. A mozgás, a sport, a testnevelés hasznosságát napjainkban senki sem vitatja, a fizikai aktivitással járó testedzés pozitív hatásai közismertek. A kihívást azon területek meghatározása jelenti, melyekre ezek hatással vannak. Ahhoz, hogy tanítványink „fitt” felnőttekké váljanak, igyekeztünk minél több sportággal megismertetni őket. Részt vehettek kerékpártúrán, sétát tettünk a közeli erdőben, réten. Játékos formában gyakorolhatták a helyes közlekedést a KRESZ-parkban.