

Cēsnieki tiek aicināti pārstāvēt savu pilsētu sacensībā „Latvijas spēcīgākā pilsēta”



Svētdien, 27.jūlijā, Cēsu Vienības laukumā 1 plkst. 12.00 Cēsīs un pilsētai tuvumā dzīvojošie jaunieši tiek aicināti piedalīties sacensībās svaru stieņa spiešanā guļus uz reižu skaitu „Latvijas spēcīgākā pilsēta”. Sacensības notiks sociālā projekta „Es zinu, Tu to vari” ietvaros. Svētdien, 27.jūlijā, Cēsu Vienības laukumā 1 plkst. 12.00 Cēsīs un pilsētai tuvumā dzīvojošie jaunieši tiek aicināti piedalīties sacensībās svaru stieņa spiešanā guļus uz reižu skaitu „Latvijas spēcīgākā pilsēta”. Sacensības notiks sociālā projekta „Es zinu, Tu to vari” ietvaros.

Sacensību dalībniekus aicinām pieņemt Latvijas Paeurliftinga federācijas izaicinājumu parādīt savu izturību un uzspiest svaru stieni pēc iespējas vairāk reižu. Svaru stieņa smagums atšķirsies atbilstoši dalībnieku grupai. Jauniešiem līdz 18 gadu vecumam un sievietēm būs jāuzveic 20 kg smagais svaru stienis, bet vīru konkurencē stieņa smagums būs mērāms 50 kg. Lai citu pilsētu jaunieši un draugi varētu redzēt dalībnieku sniegumu, jaunieši tiek aicināti nofilmēt savu sacensību startu un ievietot projekta „Es zinu, Tu to vari” portāla draugiem.lv lapā www.draugiem.lv/tutovari.

Citu pilsētu jaunieši veiksmīgi ir piedalījušies un pārstāvējuši savas pilsētas, parādot visai Latvijai savas pilsētas spēku. Siguldā kopā paceltais svars ir 70050 kg, savukārt Jūrmalā - 72700 kg. Šobrīd līderos izvirzās Bauska ar kopā paceltajiem 145010 kilogramiem.

Informācija par sacensību norisi Cēsīs un gaidāmajām sacensībām ir pieejama Latvijas Pauerliftinga federācijas mājas lapā <http://www.powerliftings.lv/>

Pauerliftinga sacensības „Latvijas spēcīgākā pilsēta” notiek sociālā projekta „Es zinu, Tu to vari!” ietvaros. Lielākā daļa projekta „Es zinu, Tu to vari!” pasākumu būs veltīti jauniešiem, atsevišķi pasākumi paredzēti arī ģimenēm kopā ar bērniem. Projekta mērķis ir iedvesmot jauniešus būt fiziski aktīviem un veidot izpratni, ka veselīgs un aktīvs dzīvesveids un atteikšanās no dažādu atkarības vielu lietošanas palīdz sasniegt nospraustos mērķus. Projekta ietvaros no jūlija līdz augustam notiks vairāk kā 58 pasākumi visā Latvijā – ielu basketbola turnīri, ielu vingrošanas sacensības un citi ielu kultūras pasākumi, kā arī nometnes un ģimeņu sporta dienas. Par visām projekta aktivitātēm var uzzināt portāla draugiem.lv lapā www.draugiem.lv/tutovari. Aktivitātes veidotas tā, lai tās būtu vienkāršas un viegli pieejamas ikvienam interesentam.

Veselības ministrija un Slimību profilakses un kontroles centrs atgādina - veselības saglabāšanas visa mūža garumā pamatā ir cilvēka personīgā atbildība. Ārstēšana un veselības aprūpe cilvēka veselību ietekmē aptuveni pa 20%. Atlikušie 80% ir katra cilvēka personīgi izdarītās izvēles - veselīgs vai neveselīgs dzīvesveids - uzturs, fiziskās aktivitātes vai to neesamība, veselībai kaitīgu vielu lietošana vai izvairīšanās no tām, riskants vai drošs dzīvesveids, sociālie faktori, izglītība u.c. Īpaši būtiski to ir apzināties jau jaunībā un savu dzīvi balstīt uz veselību pozitīvi ietekmējošām izvēlēm.

„Latvijas spēcīgākā pilsēta” Cēsu posmu organizē Latvijas Paeurliftinga federācija. Projektu atbalsta Veselības ministrija un Slimību profilakses un kontroles centrs. Projekta stratēģiskais partneris Draugiem.lv, informē lieldraugi TVNET, JCDecaux un LTV.

Papildu informācijai:

Mārtiņš Krūze

Sacensību direktors

Mob.tālrs.: +371 27 859 586