



"Popeștiul în mișcare", o sărbătoare a sănătății cu peste o mie de participanți



● A doua ediție a concursului de alergat a fost un real succes

Popești-Leordeni a fost sâmbătă, 7 septembrie, gazda unei adevărate sărbători a sănătății, cu ocazia celei de-a doua ediții a concursului "Popeștiul în mișcare". Peste o mie de locuitori ai orașului, cu vârste cuprinse între 0 și 99 de ani, s-au alăturat maratonului dedicat promovării unui stil de viață sănătos, prin mișcare. Evenimentul, organizat de Primăria Popești-Leordeni și partenerii săi locali, a adus împreună familiile, într-o atmosferă de veselie și competiție.

lonela CHIRCU



Maratonul vieții sau cum promovează orașul Popești-Leordeni un stil de viață activ

Participanții au avut ocazia să se implice într-o serie de activități care au inclus curse pe diferite distanțe, adaptate pentru toate vârstele. Maratoanele și cursele precum "Popeștiul în mișcare" sunt mai mult decât simple competiții, ele sunt instrumente esențiale în

promovarea unui stil de viață activ și sănătos. Participarea la aceste evenimente aduce multiple beneficii pentru sănătate, inclusiv îmbunătățirea stării generale de sănătate, întărirea sistemului cardiovascular și creșterea nivelului de energie, inducând starea de bună dispoziție. De asemenea, ajută la combaterea sedentarismului și a problemelor de sănătate asociate, cum ar fi obezitatea sau diabetul. În plus, aceste evenimente creează oportunități pentru so-

cializare și întărirea legăturilor comunității, oferind un cadru în care participanții pot împărtăși bucuria mișcării și realizărilor personale.

Copii și părinți au alergat și pentru o cauză nobilă

Despre importanța competiției și modul în care s-a desfășurat aceasta ne-au vorbit și organizatorii. "Suntem la a doua ediție a concursului Popeștiul în mișcare. Este, de fapt un eveniment



dedicat familiilor din oraș. Este menit să încurajeze un stil de viață sănătos în cadrul familiilor și de aceea l-am făcut pe două categorii. Avem crosul Popeștiul în mișcare, unde s-au înscris copii și adulți, de la zero la 99 de ani, și avem și activități sportive susținute de cluburile din Popești-Leordeni. La categoria Crosuri s-au înscris peste 500 de participanți, de la zero la opt ani. Copiii au alergat împreună cu părinții pentru că ne dorim să încurajăm sportul în familie. De la 11 ani, s-a alergat pe categorii de vârstă, fete, băieți, până la 99 de ani. În ceea ce privește activitățile sportive susținute de cluburile din oraș, e foarte important să spunem că avem campioni și vicecampioni la baschet. A fost Clubul Rising Stars, campioni la arte marțiale, copii susținuți de Clubul Contact. Au fost alături de noi Librăria cu dichis, Asociația Descoperă și Crește, Homekineto, Diamond Beach Club Sport, voleibaliști, copii din Popești, campioni la diverse categorii de vârstă și e foarte important să-i amintim pentru că Primăria orașului Popești-Leordeni susține astfel de activități și încurajează sportul în familie și nu numai. Suntem cea de-a doua ediție. Avem și sponsori și parteneri. Toți copiii au primit tricouri și medalii. De fapt, toți participanții. Primă-

ria a reușit să creeze niște kituri speciale pentru toți participanții. De asemenea, și partenerii locali au susținut această activitate oferind diverse cadouri și premii și le mulțumim tuturor pentru că au fost atât de receptivi și pentru că, recunosc, că în primele două săptămâni de când am dat drumul la înscrieri s-au ocupat toate locurile și asta ne bucură și sperăm ca, de la an la an, să creștem și mai mult. Cursele pentru adulți s-au desfășurat pe o distanță de 1,8 km și pe măsură ce vârsta a scăzut, au scăzut și distanțele pe care s-a alergat. Am avut și o cursă necompetitivă pentru copii între zero și trei ani în cadrul căreia au alergat mămicile cu copiii în brațe, în cărucioare etc. și asta nu face decât să ne bucură. Nu sunt chiar distanțe de maraton, dar ideea este să ne bucurăm împreună, să strângem comunitatea să se bucure de mișcare. Adolescenții au alergat 1,2 km, 12-14 ani - 1 km, 9-11 ani - 800 m, copii 6-8 ani - 600 m și 3-5 ani - 400 m. Ne bucurăm că nu au fost incidente", ne-au spus organizatorii.

O competiție cu mulți campioni naționali și internaționali

Printre partenerii locali, Clubul de Box Popești-Leordeni s-a evidențiat cu sportivii săi remarcabili, care au participat la evenimentul de sâmbătă. "Suntem un club foarte bine dotat, cu sportivi de excepție precum Coajă Răzvan, campion mondial la doar 15 ani, Stancu Cristian, campion național de box, la cadeți. Ii mai avem pe sportivii Laici Radu, care a ocupat locul doi la campionatele naționale, și Denis Dobrică, care este locul întâi la copii. Primăria ne-a dotat cu o sală nouă și bine echipată, iar părinții își pot înscrie copiii la noi de la vârste fragede. Ne bucurăm că am putut participa la acest eveniment și că am putut contribui la promovarea sportului în comunitate", ne-a spus Dumitru Cristian, antrenor al Clubului de Box Popești-Leordeni. La finalul zilei, fiecare participant a plecat acasă cu și mai multă energie și cu multe zâmbete, iar organizatorii speră ca anul viitor să adune și mai mulți locuitori pentru a celebra sănătatea și spiritul de unitate.

"Toată lumea a plecat încărcată cu mai multă energie și veselie. A fost și o zi frumoasă din punct de vedere meteorologic, a fost soare. Deși au fost foarte mulți oameni, estimăm peste o mie de persoane, totul s-a desfășurat foarte bine. La final, am avut categorii de premii după cum urmează: la fiecare cursă am avut locul 1, 2 și 3, aproape 50 de premianți care au primit cupe, diplome, medalii și premii și cadouri oferite de sponsori și partenerii locali. La categoria adulți am avut alergătorii profesioniști de pe raza orașului Popești-Leordeni și care ne fac onoarea de a participa și la acest concurs. Evenimentul a avut loc în Parcul Copiilor, din zona nouă a orașului. Practic a fost împărțit, Crosul pe Strada Drumul Fermei, iar activitățile sportive în Parcul Copiilor. În parc, am avut dansuri cu cei de la Academia Campionilor care au și făcut încălzirea cu cei de la categoriile mici de vârstă. I-am avut pe cei de la Kom, Fitness & Spa, care au făcut încălzirea cu instructori specializați pentru fiecare categorie de vârstă, Homekineto care a făcut demonstrații de kinetoterapie și ne-a învățat cum să stăm la birou în scaun și cum să ne menajăm coloana, Clubul Contact Arte Marțiale, Asociația Descoperă și Crește, o asociație care sprijină copiii nevoiași din Popești-Leordeni, care a fost printre participanți, Asociația Actor, care a venit cu voluntari internaționali, din Turcia și din Georgia, adolescenți care ne-au ajutat la acest cros, Rising Stars cu vicecampionii under 12 la baschet, Beach Diamond Club, la volei, și ei sunt vicecampioni la multe categorii de vârstă, iar Elite running sunt deja partenerii noștri cu alergători specializați. Iar acest eveniment are și o cauză caritabilă. Cei de la Fabrica de Daruri ne-au ajutat și ne-au sprijinit, și oamenii au fost îndrumați să dăruiască din puținul lor către Fabrica de Daruri care este tot aici, în Popești, și face ca lucrurile să se întâmple frumos", ne-a precizat și primarul orașului Popești-Leordeni, Petre Iacob.

