

Olimpijski komite Slovenije vabi izvajalce vadb na Štajerskem, da se odzovejo na javno povabilo v okviru projekta Zmigaj se do vadbe

20. junij – Olimpijski komite Slovenije – Združenje športnih zvez vabi izvajalce vadb v vseh slovenskih regijah, tudi na Štajerskem, da se odzovejo na Javno povabilo za izbor izvajalcev vadb v okviru projekta Zmigaj se do vadbe za obdobje 2025/26. Izbrani programi športno-rekreativne vadbe bodo namenjeni športni aktivaciji gibalno neaktivnih odraslih. V okviru projekta, ki bo sicer potekal do leta 2028, želi Olimpijski komite Slovenije v programe vadb vključiti čim večje število neaktivnih odraslih prebivalcev Slovenije, za katere bodo vadbe brezplačne. Skupna vrednost projekta znaša 4,4 milijona evrov; sofinancirata ga Evropska unija iz Evropskega socialnega sklada plus (ESS+) in Ministrstvo za gospodarstvo, turizem in šport.

Aktivnosti projekta so zasnovane na način, da bo Olimpijski komite Slovenije na nacionalni in lokalni ravni vzpostavil široko mrežo izvajalcev strokovno vodenih športno-rekreativnih vadbenih programov, ki bodo v svoje vadbe vključevali gibalno neaktivno populacijo. Prijavitelji, ki se bodo odzvali na javno povabilo, bodo kandidirali s 60-urnim programom vadbe, ki se bo izvajal v zaprtih prostorih ali na prostem.

Pri izboru izvajalcev bo ključen element kakovost prijavljenih programov, strokovnost kadra, dostopnost in raznovrstnost ponudbe. Na javno povabilo se lahko prijavijo izvajalci, opredeljeni v Zakonu v športu.

Vadbe so namenjene odraslim, ki se ne gibajo

Glavni cilj štiriletnega projekta je k vadbi spodbuditi odrasle športno neaktivne posameznice oz. posameznike, ki ne dosegajo smernic Svetovne zdravstvene organizacije glede telesne dejavnosti. Smernice Svetovne zdravstvene organizacije priporočajo vsaj 150 minut zmerno intenzivne ali 75 minut visoko intenzivne telesne dejavnosti na teden oziroma ustrezno kombinacijo obeh.

V okviru javnega povabila so predvidene vadbene skupine tudi za osebe s kroničnimi boleznimi, ki potrebujejo posebno pozornost pri izvedbi vadbenih programov, vendar vadba zanje ni tvegana.

Meritve telesnih sposobnosti za vse sodelujoče

Vsi vključeni posamezniki bodo ob začetku in zaključku programa športno-rekreativne vadbe opravili meritve telesnih zmogljivosti, s čimer bodo imeli priložnost preveriti svoj napredek.

Za izvajalce vadb v obdobjih 2026/2027 in 2027/2028 bo Olimpijski komite Slovenije objavil še dve ločeni javni povabila.

Projekt Zmigaj se do vadbe se izvaja na podlagi Operativnega programa za izvajanje evropske kohezijske politike v obdobju 2021–2027.

Več informacij: <https://zmigajsedovadbe.olympic.si/> in na eupp@olympic.si.