

Būk aktyvus su karatė (fizinio aktyvumo veiklos ir sveikos gyvensenos seminaras)

Fizinio aktyvumo programos pavadinimas

ATASKAITA

Trumpas stovyklos tikslų ir uždavinių įgyvendinimo aprašymas	Įtraukti įvairaus amžiaus žmones į fizinio aktyvumo veiklas, supažindinti su sveikos gyvensenos principais pasikviečiant šios srities specialistą. Populiarinti karatė sporto šaką.
Renginio įgyvendinimo data	2025 m. gruodžio 13d.
Renginio įgyvendinimo vieta	Partizanų g, 25., Kaunas (Karate DojoKaunas)
Informacija apie informavimo priemonėse	Facebook- Lietuvos karatė federacija www.karatewkf.lt – Lietuvos karate federacijos svetainė
Dalyvių skaičius	121
Trumpas rezultatų įvertinimas	Šios programos metu, atliktos fizinio aktyvumo pratybos siekiant supažindinti ir įtraukti įvairaus amžiaus žmones į aktyvų fizinį gyvenimą, supažindinti su karatė teikiamomis naudomis ir galimybėmis sportuoti visą gyvenimą. Seminarų metu pristatytos temos „Judėk ir būsi sveikas“ pranešėjas:Sveikos gyvensenos specialistė Eglė Flaksytė.

Būk aktyvus su karatė (fizinio aktyvumo veiklos ir sveikos gyvensenos seminaras)*Fizinio aktyvumo programos pavadinimas***APŽVALGA**