

## Narodowy Dzień Sportu

W niedzielę 17 września, obchodzimy w całej Polsce Narodowy Dzień Sportu.

Z tej okazji 16 i 17 września zapraszamy wszystkich mieszkańców Rzeszowa i okolic na Stadion Miejski przy ul Hetmańskiej oraz bulwary nad Wisłokiem.

### Co dla Was przygotowaliśmy?

W sobotę 16 września, zapraszamy na Wielki Bieg Charytatywny na 5km "Rzeszów Biegnie dla Dzieci" oraz Rzeszów Kids Challenge (biegi po specjalnej trasie z przeszkodami) współorganizowane ze *Stowarzyszeniem MY*. Dodatkową atrakcją podczas tego wydarzenia, będzie turniej eliminacyjny do Mistrzostw Polski w Futbolu Amerykańskim na czele z gospodarzami, drużyną [Rzeszów Rockets](#). Wszystko połączone będzie z piknikiem charytatywnym z wieloma atrakcjami i animacjami dla dzieci, a cały dochód zostanie przekazany na rzecz podopiecznych stowarzyszenia.

W niedzielę 17 września, przy scenie na Bulwarach, powstanie sportowe miasteczko, współtworzone z rzeszowskimi klubami oraz stowarzyszeniami. Mieszkańcy Rzeszowa w każdym wieku, będą mogli aktywnie wziąć udział w otwartych treningach różnych dyscyplin sportowych oraz zapoznać się ze sportową ofertą naszego Miasta. Dołącza do nas także ambasadorzy rzeszowskiego sportu, mistrzowie w swoich dyscyplinach, którzy promują nasze Miasto na arenach międzynarodowych i ogólnopolskich.

Na ten dzień, mamy zaplanowane również warsztaty kulinarne ze zdrowego gotowania, konsultacje z dietetykiem czy kurs pierwszej pomocy.

Dla spragnionych sportowej rywalizacji, organizujemy II edycje turnieju piłkarskiego dla dzieci i młodzieży „Od Amatora do Kibiców Idola” oraz rajdy rowerowe w kategoriach wiekowych dla najmniejszych kolarzy aż po dorosłych amatorów dwóch kółek.

### Po co to wszystko?

Wspólnie będziemy promować zdrowy i aktywny styl życia, aktywizować i integrować społeczność Rzeszowa **w każdym wieku**. Zależy nam na łączeniu środowisk sportowych, promocji lokalnych klubów, stowarzyszeń i przedstawieniu ich oferty. Wspólnie pokażemy, że przez sport, można również efektywnie i wymiennie pomagać innym. Dlatego zapraszamy Was z całymi rodzinami na sportowy weekend i do aktywnego udziału we wszystkich sportowych atrakcjach.

Po więcej szczegółów, zapraszamy na profile Sportowego Rzeszowa na facebooku i Instagramie.

- Facebook - <https://www.facebook.com/profile.php?id=100095228483239>
- Instagram  
-  
[https://www.instagram.com/sportowyrzeszow.pl/?igshid=OGQ5ZDc2ODk2ZA%3D%3D&fbclid=IwAR1HXHI1dsBZchl\\_vqpPj1Pn\\_Q0sKJmmyW3Swn\\_q449y5g2kJ0mceOUXW20](https://www.instagram.com/sportowyrzeszow.pl/?igshid=OGQ5ZDc2ODk2ZA%3D%3D&fbclid=IwAR1HXHI1dsBZchl_vqpPj1Pn_Q0sKJmmyW3Swn_q449y5g2kJ0mceOUXW20)
- Post NDS  
-  
[https://www.facebook.com/permalink.php?story\\_fbid=pfbid02SSKRXfQaSpUfpSmJJ3PPaxsFwi71adPUsXsK6Rsy6ArgAcYLvU6hay5A7E7tgagAl&id=100095228483239](https://www.facebook.com/permalink.php?story_fbid=pfbid02SSKRXfQaSpUfpSmJJ3PPaxsFwi71adPUsXsK6Rsy6ArgAcYLvU6hay5A7E7tgagAl&id=100095228483239)



PREZYDENT MIASTA RZESZOWA KONRAD FIJOŁEK ZAPRASZA NA

# narodowy dzień sportu

## sportowy weekend

**sobota**  
**16 września**

**START GODZINA 10:00**

**Bulwary - Zapora**  
**/Stadion Miejski Stal**

- bieg charytatywny na 5km,
- survival race dla dzieci,
- mecze futbolu amerykańskiego,
- charytatywny piknik rodzinny.

**niedziela**  
**17 września**

**START GODZINA 11:15**

**Scena na bulwarach**

- miasteczko sportowe  
współtworzone z rzeszowskimi klubami,
- treningi pokazowe,
- dziecięcy turniej piłki nożnej,
- wyścigi rowerowe,
- spotkania z ambasadorami  
rzeszowskiego sportu,
- warsztaty ze zdrowego gotowania,
- pokaz pierwszej pomocy  
(ugryzienia, oparzenia, zatrucia),
- atrakcje dla dzieci  
(dmuchańce i animatorzy).



#stowarzyszenie MY