



PROJEKTU LĪDZFINANŠĒ
EIROPAS SAVIENĪBĀ



Sporta un atpūtas laukuma pie BMX trases labiekārtošana Apē

16. jūlijā tika noslēgta vienošanās par Eiropas Lauksaimniecības fonda lauku attīstībai projekta Nr. 12-07-LL31-L4130201-00007 „Sporta un atpūtas laukuma pie BMX trases labiekārtošana Apē” īstenošanu.

Projekts tiek īstenots pasākuma „*Lauku ekonomikas dažādošana un dzīves kvalitātes veicināšana*” vietējo attīstības stratēģiju īstenošanas teritorijā” 1.1. rīcības „Sabiedrisko aktivitāšu (t.sk. apmācību un interešu klubu, kultūras, vides aizsardzības, sporta un cita brīvā laika pavadīšanas aktivitāšu) dažādošana dažādām iedzīvotāju grupām” ietvaros.

Projekta mērķis ir sporta un atpūtas laukuma pie BMX trases labiekārtošana Apē.

Projekta ietvaros tiks iegādāta āra nojume un brīvdabas trenāžieri.

Projektu kopējās attiecināmās izmaksas ir 3288,66 LVL, 90% jeb 2959, 79 LVL ir ELFLA finansējums, 10% jeb 328, 87 LVL ir Apes novada domes finansējums.

Apes BMX trasē jauni āra trenāžieri

Kopš septembra beigām Apes BMX trases teritorijā LEADER programmas projekta „Sporta un atpūtas laukuma pie BMX trases labiekārtošana Apē” ietvaros, uzstādīti četri jauni zili oranži fiziskā tonusa uzturētāji jeb āra trenāžieri. Mēs, Apes jauniešu klubs „Slīdes”, aicinām ikvienu, kas kaut reizi ir redzējis šos trenāžierus vai arī pēc raksta tos vēlēties apskatīt, izmantot tos reālā darbībā un uzlabot savu fizisko veselību.

Āra trenāžieri nav domāti vien bērniem un jauniešiem, tie domāti arī mammām un tētiem, omēm un opīšiem. Uz šiem trenāžieriem neattiecas kādi konkrēti darba laiki, turklāt tos iespējams lietot visu gadu. Tik saudzēsīm tos un tišu prātu nelauzīsim.

Vēlamies Jums teikt - nebaidieties izmēģināt ko nebijušu, kaut uz mirkli izjust pirmatklājēja azartu un pateicoties fiziskajam aktivitātēm uzlabot savu pašsajūtu.

Atcerieties, cilvēka ķermenis ir radīts kustībām, un tāpēc, lai pienācīgi funkcionētu un izvairītos no slimībām, tam ir nepieciešama regulāra fiziskā aktivitāte. Turklāt, Pasaules Veselības organizācijas iesaka nodarboties ar mērenām fiziskām aktivitātēm vismaz 30 minūtes dienā pieaugušajiem un 60 minūtes dienā bērniem.

Turklāt, mums ir labs pretarguments uzskatam - *ko tad es tur tagad iešu un vingrošu!* Sākt nodarboties ar fiziskām aktivitātēm, nekad nav par vēlu un der atcerēties, ka aktīvs dzīvesveids palīdz saglabāt ne vien veselību, bet arī labu pašsajūtu.

Ja jūs, Apenieši, šādus trenāžierus atzīsiet par labiem esam un izmantosiet, mēs turpināsim meklēt veidus, kā paplašināt šo inventāra klāstu.

AICINĀM IKVIENU INTERESENTU, NEATKARĪGI NO VECUMA, UZAICINĀT SAVUS TUVĀKOS UN KĀDĀ BRĪVĀ BRĪDĪ AZIET UN IZMĒĢINĀT.

P.S. Pētnieki apgalvo, ka, pievēršoties veselīgiem paradumiem arī sirmā vecumā, sieviešu dzīves ilgums palielinās par 5 gadiem un vīriešu - par 6.

Mēs vienkārši vēlamies, lai JŪS dzīvotu ilgāk!

Jūsu AJK „Sliedes”







