

## Udział Seniorów z OR PZERiL w Janowie Lubelskim w Senioriadzie-2018 w OSiR Biłgoraj.

2018.02.09Aktualizacja: 2018.02.09, 11:23

„Fitness Klub Pilates mieści się w Janowie; chodzę na zajęcia, odzyskuję zdrowie” - to początek jednego z tekstów na melodię „Krakowiaczka” - jakąimi grupa taneczno – wokalna Fitness Klubu Pilates przy Oddziale Rejonowym Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Janowie Lubelskim zaprezentowała drużynę FKP JL na III „Senioriadzie” w OSiR Biłgoraj.

**Zawody aktywności seniorów odbyły się w dniu 07.02.2018 r. w przestronnej, funkcjonalnej Hali Biłgorajskiego OSiR - u. W przystępnych konkurencjach rozwijających motorykę, intelekt oraz umiejętność pracy zespołowej zmierzyło się siedem drużyn:** Rowerowe Roztocze, Uniwersytet Trzeciego Wieku, Kwiaty Jesieni z Frampola, Honorowi Dawcy Krwi, Stowarzyszenie PCK, Cykliści Uniwersytetu Trzeciego Wieku, Fitness Klub Pilates Janów Lubelski.

Choć, jak podkreślali organizatorzy że „nie ostateczny wynik był najważniejszy, a dobra zabawa”, to od początku do końca doskonale zorganizowanej imprezy wyczuwało się ducha walki sportowej. Zawodnicy wykonywali rzuty woreczkami na celność, wyścigi z dużymi piłkami, strzały piłką do małej bramki, rzuty plastikowym oszczepem na odległość oraz slalom z piłeczką na paletce do badmintona. W przerwaniach brali udział w kalamburach oraz w quizie wiedzy o sporcie. Wszystkie konkurencje były oceniane.

I miejsce zdecydowanie zdobył Uniwersytet Trzeciego Wieku, II miejsce Rowerowe Roztocze a III miejsce nasz Fitness Klub Pilates ex aequo z Cyklistami Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Obserwując całość zawodów, nasze III miejsce należy uznać za bardzo dobry wynik. Na zakończenie wszystkie drużyny otrzymały puchary, nagrody rzeczowe oraz talony na sprzęt sportowy.

Warto dodać, że udział w zawodach poprzedził wyjazd zapoznawczy Instruktora FKP JL na I Biłgorajską Senioriadę w 2016 r. oraz udział delegacji uczestników FKP JL w spotkaniu organizacyjnym w OSiR Biłgoraj w 2018 r. Na wynik miał wpływ kilkuletni udział zawodników w zajęciach „Rekreacja Ruchowa Seniorów w Zdrowym Stylu Życia” i treningi w czasie zajęć „Gimnastyka Seniorów ze wstępem do gimnastyki PILATES” - prowadzonych przez OR PZERiL – FKP JK w Sali Publicznej Szkoły Podstawowej w Janowie Lubelskim. Tam trenowano nie tylko poszczególne konkurencje ale też układ taneczno – wokalny na prezentację drużyny.

Popatrzmy na relację na stronie internetowej OSiR Biłgoraj: aktualności – relacja: „Senioriada Sportowa 2018” + galeria: „III Biłgorajska Senioriada Sportowa”.

[Osir Biłgoraj](#) [1]

Antoni Sydor - OR PZERiL Janów Lubelski

Instruktor PILATES (uprawnienia Instruktora Rekreacji Ruchowej oraz Instruktora Sportu)

Foto: OSiR Biłgoraj

Janów Lubelski, 08.02.2018 r.



[dsc\\_01812.jpg](#) [2]

**Linki:**

[1] <http://osir.lbl.pl/aktualnosci/2018/2318>

[2] [https://archiwum.janowlubelski.pl/sites/default/files/news/images/dsc\\_01812.jpg](https://archiwum.janowlubelski.pl/sites/default/files/news/images/dsc_01812.jpg)