

## OLSZTYN. AKTYWNIE!

**Dzięki akcji „Olsztyn. Aktywnie!” udało się nie tylko rozruszać olsztynian, ale także pokazać im, jak wiele form zdrowego ruchu mają do wyboru. Każdy znajdzie coś dla siebie, a z roku na rok oferta staje się bogatsza. Koniec z wymówkami, że nie lubimy biegania czy siłowni. Sport to korzyści zdrowotne i wielka frajda, jeśli tylko trafimy na tę właściwą dyscyplinę czy formę rekreacji.**

Projekt wpisuje się w ideę Olsztyna jako „slow city” czy miasta-ogrodu, przyjaznego mieszkańcom i wspierającego ich w prowadzeniu zdrowego, wolnego od stresu życia. Imprezy odbywają się od wiosny do jesieni. Głównym celem akcji jest popularyzowanie aktywnego spędzania czasu, promocja terenów rekreacyjnych Olsztyna oraz poznawanie historii i kultury miasta i regionu. „Olsztyn. Aktywnie!” wspiera tym samym rozwój turystyki i krajoznawstwa. Jest kolejnym sposobem, aby zachęcić turystów do przyjazdu do miasta i włączenie się w organizowane tutaj wydarzenia sportowe, rekreacyjne, kulturalne.

Akcja wystartowała w marcu 2010 r., oferując początkowo m. in. spływy kajakowe, wycieczki rowerowe, wędrówki piesze z przewodnikiem, nordic walking, marszobiegi, downhill. Następne edycje przynosiły kolejne dyscypliny, takie jak: joga, tai chi, kolarstwo grawitacyjne, jazda konna, golf, spinning, nurkowanie, wspinaczka skałkowa i wiele innych. Zajęcia odbywają się przeważnie na świeżym powietrzu, w olsztyńskich parkach, Lesie Miejskim, nad jeziorami, ale również w ośrodkach partnerskich – na basenach czy w klubach fitness.

Jak wiadomo wspólny wysiłek łączy ludzi. „Olsztyn. Aktywnie!” przyczynia się do tworzenia więzi między osobami biorącymi udział w tym przedsięwzięciu. Specjalnie dla nich powstało forum, na którym mogą oni wymieniać się informacjami, poradami, aktualnościami. Podzielone zostało na kategorie według dyscyplin, które można uprawiać w ramach projektu.

Wszelkie informacje o imprezach dostępne są na stronie akcji [www.aktywnie.olsztyn.eu](http://www.aktywnie.olsztyn.eu)