



15 października w Elblągu już po raz drugi realizowany będzie projekt Otylia Swim Tour. To cykl warsztatów skierowanych do młodych pływaków oraz ich rodziców i trenerów, który poprowadzą mistrzyni olimpijska - Otylia Jędrzejczak, reprezentanci Polski w pływaniu oraz doświadczeni szkoleniowcy.

Tegoroczna, druga edycja projektu Otylia Swim Tour realizowana jest w 6 polskich miastach. Elbląg, tak jak przed rokiem, jest jedynym w północnej Polsce ośrodkiem, w którym młodzi pływacy będą szkolić się pod okiem mistrzyni olimpijskiej.

- Bardzo się cieszę, że współpraca nawiązana w ubiegłym roku z Panią Otylią Jędrzejczak jest kontynuowana, i że dzięki temu dzieci i młodzież z elbląskich klubów pływackich oraz ich rodzice i trenerzy będą mogli szlifować swoje umiejętności pod okiem najlepszych specjalistów w tej dyscyplinie sportu. Mamy wspaniałą bazę w postaci CRW Dolinka i dobrze, że jest ona w pełni wykorzystywana. Jestem przekonany, że dzięki takim inicjatywom Elbląg będzie stałym punktem na mapie pływackiej naszego kraju – podkreśla Witold Wróblewski Prezydent Elbląga.

W warsztatach udział weźmie 90 młodych zawodników, w wieku od 9 do 14 lat, którzy będą doskonalić swoje umiejętności w 4 stylach: grzbietowym, motylkowym, klasycznym i dowolnym. Uzupełnieniem zajęć na basenie będzie trening na sali gimnastycznej, który poprowadzą trenerzy przygotowania motorycznego oraz doświadczeni fizjoterapeuci. Równolegle, rodzice młodych wezmą udział panelach z psychologiem sportu o motywowaniu młodych zawodników oraz z dietetykiem, o zasadach prawidłowego odżywiania sportowców.

- *Otylia Swim Tour to jeden z kluczowych projektów realizowanych przez moją fundację - tłumaczy Otylia Jędrzejczak, prezes Fundacji Otylii Jędrzejczak. - Chcemy spotkać się z dziećmi, młodzieżą, rodzicami i trenerami i wspólnie doskonalić warsztat pływacki i poszerzać ich wiedzę z zakresu dietytyki i psychologii - ważnych elementów rozwoju sportowca - dodaje.*

Specjalnie dla uczestników Otylia Swim Tour przygotowany został podręcznik, w którym rodzice i dzieci znajdą cenne wskazówki na temat zdrowego odżywiania, właściwego dla osób trenujących pływanie. Książka systematyzuje wiedzę zdobytą podczas warsztatów Otylia Swim Tour, jest źródłem inspiracji i motywacji dla młodych zawodników.

Nowością w tegorocznej edycji projektu są **fitMapy** - sportowe przewodniki po miastach, w których odbywają się warsztaty z mistrzynią olimpijską. Użytkownicy znajdą w nich miejsca do uprawiania sportu i aktywnego spędzania czasu wolnego - trasy rowerowe, parki, siłownie na wolnym powietrzu i szlaki spacerowe, a także obiekty sportowe.

- Mamy nadzieję, że dzięki fitMapie Elbląga, mieszkańcy miasta znajdą być może nieodkryte dotąd zakątki, w których bez problemów można uprawiać sport i dbać o swoje samopoczucie - mówi Otylia Jędrzejczak.

Organizatorami Otylia Swim Tour w Elblągu są: Fundacja Otylii Jędrzejczak, Prezydent Elbląga Witold Wróblewski, Uczniowski Klub Sportowy Jedyńka oraz CRW Dolinka. Patronat honorowy nad projektem objął Polski Komitet Olimpijski oraz Ministerstwo Sportu i Turystyki. Sponsorem Głównym Otylia Swim Tour jest marka Zelmer. Parterami Otylia Swim Tour są: Zott, Dr.Bacty, VILLA GLASS STUDIO, Miody Polskie, Cechini Muszyna oraz TEEKANNE Polska.

Link do wideo - <https://www.facebook.com/fundacjaotylii/videos/1085702661516838/>