

## TEDEN ŠPORTA DISTROFIKOV

Spoštovani,

ni novost, da sta šport in telesna dejavnost zelo pomembna za ohranjanje in krepitev zdravja ter prispevata k aktivnemu in bolj zdravemu načinu življenja in posledično boljšemu počutju. Šport je tudi učinkovito sredstvo za socialno vključevanje, širjenje sporočila strpnosti, obenem pa tudi vpliva na tekmovalni duh, krepitev sodelovanja, ekipnemu delu ter nenazadnje boljši samopodobi vključenega posameznika.

Tudi zaradi navedenega bo letošnje posamično šahovsko prvenstvo distrofikov Slovenije uvod v prvi organiziran teden športa distrofikov, za katerega pa verjamemo, da bo postala ena od oblik vsakoletnega kvalitetnega in aktivnega, ne le enotedenskega, preživljanje prostega časa distrofikov. Tako bo, upoštevajoč priporočila za zaščito pred korona virusom, najprej potekalo šahovsko prvenstvo v CIRIUS Kamniku, in sicer od 30.7. do 1.8.2021. Z žrebanjem in nato odigranim 1. krogom, se bo prvenstvo distrofikov začelo v petek ob 17.00 uri ter zaključilo s kosilom in podelitvijo priznanj, medalj in praktičnih nagrad 1.8., predvidoma ob 14. uri. Tudi letos bodo ženske in moški igrali v skupni konkurenci, razglasitev uvrstitev in podelitev priznanj pa bo ločena za žensko in moško kategorijo. igralo se bo 8 kol po švicarskem sistemu, FIDE dirigirana varianta (FIDE rating, kategorija). Igralni čas je 30 minut na igralca za celo partijo.

Vabimo vse distrofike šahiste, da se tega šahovskega turnirja udeležite in nam **NAJKASNEJE DO 23.7.2021** vrnete izpolnjeno prijavnico po navadni ali e-pošti ([ivo@ddslo.si](mailto:ivo@ddslo.si)).

Prav tako pa vabimo tudi potencialne in dejanske športne entuziaste distrofike, da se udeležite preostalih športno-rekreativnih in zabavnih aktivnosti, ki bodo potekale po zaključenem šahovskem prvenstvu od 1.8. (prijod nešahistov) do 6.8.2021, prav tako v CIRIUS Kamniku, Novi trg 43a. Od ponedeljka do petka bodo tako potekale predstavitve različnih športnih panog v katerih se boste lahko tudi sami preizkusili (npr. v hokeju na električnih vozičkih, bocci, precizni orientaciji). Aktivnosti so namenjene distrofikom ne glede na starost, invalidnost in neodvisno od njihovega predznanja različnih športnih panog. Poskrbeli pa bomo tudi za pester in zabaven spremljevalen program. Nenazadnje bo ta teden posebno zanimiv tudi zaradi dejstva, da se bodo v Tokiu v tem času odvijale olimpijske igre, na katerih bomo seveda lahko skupaj spremljali in spodbujali slovenske predstavnike.

Tudi v tem primeru prosimo vse zainteresirane, da se teh aktivnosti udeležite in nam **NAJKASNEJE DO 23.7.2021** vrnete izpolnjeno prijavnico po navadni ali e-pošti ([ivo@ddslo.si](mailto:ivo@ddslo.si)). Tako za distrofike šahiste kot distrofike, ki jih zanimajo ostale predvidene aktivnosti in seveda po potrebi za njihove spremljevalce bo zagotovljeno brezplačno bivanje in prehrana.

Prilagamo še okvirni terminski program aktivnosti in vas prosimo, da nam v primeru potrebe po prevozu to sporočite, prav tako najkasneje do 23.7.2021.

Morebitne dodatne informacije, kakor tudi prijavnico v elektronski obliki lahko najdete tudi na društveni spletni strani <http://www.drustvo-distrofikov.si/>

Športni pozdrav.

