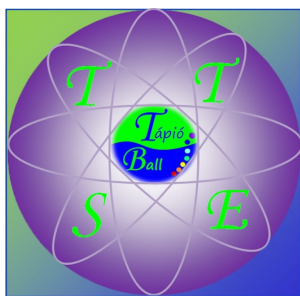


## A TTSE BEMUTATKOZIK



A *Tápió Térségi Sportszolgáltató és Életmód Egyesület* 2017. márciusa óta működik bejegyzett egyesületként. A nagykáti székhelyű TápióBall csapat, Király Gabriella vezetésével, 2011-ben alakult meg azzal a céllal, hogy a Tápió vidéki településeken élő emberek testi, lelki, szellemi egészség és harmónia megtartását szolgáló mozgásos programokat, előadásokat szervezzen és bonyolítson le. Egyesületünk hitvallásának tekinti a MediBall sportág széles körű népszerűsítését, melynek érdekében, minden évben számos bemutatót tartunk helyi és környékbeli települések rendezvényein, mint majális, gyereknap, falunap, iskolai sportnapok.

Folyamatosan jelen vagyunk országos mediball rendezvényeken, szép eredményeket értünk el MediBall Országos Bajnokságokon. Büszkék vagyunk, hogy TTSE csapattagunk is utazhatott Kínába és a Magyar MediBall Csapat tagjaként képviselhette Magyarországot, a két évente megrendezésre kerülő világversenyen. A MediBall egy új, különleges élményeket nyújtó, a XXI. század minden igényének megfelelő modern sport, mozgásművészeti forma és képességfejlesztő eszköz. Tavaly nyáron, napközis *TTSE Életmód Tábor* szerveztünk gyerekeknek, melynek a Tápiószentmárton Művelődési Ház adott helyet. Az egy hetes táborban sokféle mozgásformát kipróbálhattak a gyerekek, mint mediball, jóga, harcművészetek, aerobik, vizitorna, de egészségmegőrzéssel kapcsolatos játékos vetélkedők, gyógynövényismeret, interaktív kutyás bemutató is színesítette a programokat. *Terveink szerint, idén nyáron ismét megrendezzük!* A TTSE jövőbeni programja között szerepel, többek között a MediBall oktatásán és gyakorlásán keresztül, iránymutatást adni az egészséges életmódhoz, lehetőséget a személyes életmódváltozás megteremtéséhez. Hétfői napokon, 17 órától várjuk a mediballozni vágyókat, Tápiószentmártonban!

A TTSE vezetését 2019. februártól vettem át, így egyesületünk székhelye szülőfalum, Tápióbicske lett. Tápióbicskén élek családommal, két gyermek (16 és 3 évesek) édesanyja vagyok. A gazdasági szférában oktatóként, tanárként töltött évtizedek alatt, sokféle természetes és fitness típusú mozgásformát kipróbálva, immár hét éve találtam rá a MediBallra. A sport és a tudatos, minőségi mozgásra való törekvés életem központi részévé vált, mely nemcsak életmód váltással, de folyamatos pályamódosítással is párosult. Tápiószentmártonban 2013-ban kezdtem oktatni a mediball mozgásformát, majd 2017 ősztől step aerobik és aquafitness foglalkozásokat vezettem. 2018 tavasszal kezdődtek, Tápióbicskén az alakformáló edzéseim, jelenleg *TTSE FITT FORMA TORNA* néven működik, szerdánként 16.30-tól, a Fehér István Művelődési Házban. A helyi Kortalan Nyugdíjas Klub felkérésére, idén márciustól, heti egy alkalommal zenés, átmozgató tornát tartok. Terveim között szerepel, hogy a környező településeken a mediball oktatása mellett, zenés, aerobik jellegű foglalkozásokat vezessek, több korosztály számára.



**2019. április 5-étől indul, minden pénteken Tápióságon, a Zárda Iskola Tükrös termében (2253 Tápióság, Szabadság utca 10.): a könnyedebb, nyújtó és átmozgató jellegű KORTALAN ZENÉS TORNA, 16.30-17.30 óráig; és a dinamikusabb, lendületesebb FITT FORMA TORNA, 18.00-19.00 óráig. Várok minden kedves sportolni, mozogni vágyót!**

Célom, hogy a sport, a mozgás szeretetét és erre való igényt, akár felnőtt, vagy gyerek, a saját életvitelébe, heti rendszerességgel be tudja építeni! Fontos feladatommak tekintem, hogy életünk mindennapjaival, napi teendőink elvégzésével tudjunk egyfajta példát mutatni, miközben megőrizzük testi és mentális egészségünket. ☺

Gigorné Nagy Katalin, 06-30/929-0353

Fitness-wellness instruktorként, mediball oktató, TTSE elnök