

Trzeci Wiek na start



Seniorzy w sportowej rywalizacji

Sportowa rywalizacja i wielkie emocje połączyły seniorów z kraju i zagranicy podczas XVIII Międzynarodowej Olimpiady Sportowej Uniwersytetów Trzeciego Wiek i Organizacji Senioralnych „Trzeci Wiek na Start”, która 4-5 września odbyła się w Łazach.

Zawody rozegrano na Stadionie Miejskim oraz nad Zalewem „Mitrega” w Łazach. Seniorzy współzawodniczyli m.in. biegach, pływaniu, pchnięciu kulą, łucznictwie, strzelectwie, tenisie stołowym, boule, kajakarstwie oraz przełajach rowerowych, a także mierzyli się w turniejach brydżowych i szachowych.

Pomysłodawczynią olimpiady jest Krystyna Męcik, prezes Uniwersytetu Trzeciego Wiek w Łazach i członkini Śląskiej Rady Seniorów. W jej organizację zaangażowało się ponadto liczne grono wolontariuszy, którzy wspierali przygotowanie zawodów oraz sprawny przebieg wydarzenia. Wśród uczestników znalazła się również prof. dr hab. Aldona Frączkiewicz-Wronka, reprezentująca Śląską Radę Seniorów.

Wysoka frekwencja i szeroka reprezentacja środowisk senioralnych potwierdziły duże zainteresowanie olimpiadą. „Trzeci wiek na start” pokazuje, że wiek nie musi być przeszkodą w podejmowaniu nowych wyzwań, rozwijaniu zainteresowań oraz dbaniu o kondycję i aktywny styl życia. Sportowej rywalizacji towarzyszyły wspólne emocje i spotkania.

Przedsięwzięcie to ma również szerszy wymiar – zwraca uwagę na znaczenie aktywności fizycznej w starszym wieku. Regularny ruch sprzyja zachowaniu sprawności i samodzielności, a możliwość spotkania z innymi oraz wspólnego działania i rozmowy wspiera społeczne zaangażowanie seniorów, a także ich aktywny udział w życiu lokalnych społeczności.

Dodana: 5 września 2026 16:17