

Szombathely

A Szombathelyi Kreatív Csoport

A nyugati határszélen működő Kreatív Csoport tagjai a nyáron vízre szálltak, és megismerkedtek a **Szigetközzel**. A csodálatos növény- és állatvilággal rendelkező táj lehetőséget adott a **vízi rekreáció** széles palettájának kipróbálására. Evezhettünk kajakban, kenuban, láttunk vadvízi kajakpályát, és néha még saját kartempóinkra is szükség volt egy-egy medúza megszemlélésekor. Esténként pedig a „folyó adta termést” falatoztunk, némi grillezés után.

Ősztől visszatérünk a „nyugat kapujába”, Szombathelyre, ahol idén is érdekes előadásokkal, kevésbé ismert sportokkal és szabadidős tevékenységekkel igyekszünk megismertetni a várhatóan népes hallgatóságot.

Idei terveink között újdonság lesz egy **technikai sportágakról** szóló előadás és bemutató.

Továbbá a már megszokott és keresett programjaink ismét teret kapnak.

Így szeptembertől újra indul a **kajakozás** a város „zöld szívében” fekvő Csónakázó tavon, melyre minden városlakót és turistát várunk.

A prevenció jegyében készülünk egy flash mobbal a **mellrák elleni** világnap alkalmából. A rendezvényen a táncosok „gerincét” a NYME sportszakos hallgatói adják majd.

Ősszel pedig, az immár hagyományosnak nevezhető szemeszterzáró **egészségdélután** kerül megrendezésre, melyen bárki részt vehet. A programok között vízi tornák és különböző szaunafelöntések szerepelnek, melyet a kreatív csoportunk hallgatói tartanak.

A telet a városi jégpályán nyitjuk, ahol szervezőként veszünk részt a **„Színes Mikulások”** találkozásán.

Programjainkon mindenkit szeretettel látunk!

A Recreation tudományos magazin fejlődése töretlen: REF.DOI kerül a tudományos cikkekre, új szakemberek érkeztek a magazin szerkesztőségébe: fotós, újságíró, tördelő, főszerkesztő.

Budapest

2016 őszi programtervezete a Budapesti Kreatív Csoportnak:

Szeptember 26. (hétfő):

**Táplálék-
kiegészítők és
felkészülés Rióra**

Előadó: Dr. Fritz Péter

A felkészülésről

Vendég: Bujka Barbara

November 21. (hétfő):

**Egészséges
táplálkozás:
Ünnepi étrend**

(egészséges és allergénmentes termékek bemutatása)

Új Kreatív Csoport indul Miskolcon



A kép a pesti kreatív csoport egyik rendezvényén készült

**Ünnepi
hagyományok
nemzetközi
viszonylatban**

Előadó: Magyar Márton

Szeged



A 87. Ünnepi Könyvhét és 15. Gyermekkönyvnapokon a KERT is képviseltette magát a recreation tudományos magazinnal,

a Szellemi rekreáció és a Mozgásos rekreáció című könyvekkel. Idén is megmozgattuk az embereket, illetve partnereinknek köszönhetően megmutattuk a rekreáció olvasáshoz valamely módon kapcsolódó területeit. *Kósa Emília* masszóz frissítő fejmasszázsral, *Jó járt Edit* aromatanácsadó pedig az olvasást és tanulást is segítő illóolaj-keverékek bemutatásával várta az érdeklődőket. Ajándék magazint kaptak azok a látogatók, akik teljesítettek egy kis mozgásos feladatot a standnál, hiszen az olvasás is jobban megy, ha egy kis fizikai aktivitással ellensúlyozzuk a szellemi rekreációt.

A szegedi Somogyi-könyvtár internetterében egy hónapon keresztül volt megtekinthető a **KERT fotókiállítása**.

A képek mindent elmondtak szavak nélkül is: mi (a) rekreáció, mi minden rekreáció? Hogyan járulhatunk hozzá egészségünkhöz és jóllétünkhöz?

A rekreáció kortalan és határtalan jellemzőjének hangsúlyozása, a nemzetek és nemzedékek közötti együttműködés, az elfogadást és az egészségfejlesztést biztosító közös élményszerzés pillanatai mutatkoztak meg a kiállítás képein.



Búcsúzik a KERT Szegedi Kreatív Csoportjának vezetője: Rostás Viktória

„Két évig dolgoztam a rekreáció népszerűsítését zászlójjára tűző KERT-nél.

Számos rendezvény van a hátam mögött, melyek több száz embernek engedtek bepillantást e terület sokszínűségébe.

Rekreációs és egészségfejlesztő szakemberek munkásságára igen nagy szükség van, hiszen a testi-lelki-szellemi egészségünk a legnagyobb kincsünk, amit apró, hétköznapi tevékenységek és egészségtudatos életszemlélet segítségével teremthetünk meg magunknak és tarthatunk meg. Bőség van a szolgáltatások és termékek kínálatát illetően, melyben jó, ha vannak olyan személyek, akik a megfelelő képesítésük, rálátásuk révén segíthetnek másoknak is eligazodni. Az egészség nem lehet és nem is pénz kérdése: a megfelelő információk és attitűd révén mindenki számára elérhető, kortalanul. Ezen információk terjesztésében jómagam más formában veszek részt a továbbiakban: a hawaii hula tánc szellemisége, valamint a belső önismereti, öngyógyító munka képviselőjeként.

Sok sikert és kitartó munkát kívánok utódomnak, Nagy Ágotának és a Társaság vezetőinek, tagjainak!”

Nagy Ágota:

A nevem Nagy Ágota.

Egy Békés megyei kis faluban láttam napvilágot, ahonnan gimnáziumi tanulmányaim után, az akkori Juhász Gyula Tanárképző Főiskola egészségktanár-testnevelés szakán kezdtem meg tanulmányaimat.

A sport kisgyermekkorom óta életem része, igazolt kézilabdajátékosként és atlétaként egészen gyermekem születéséig versenysportoltam. Két gyermek boldog édesanyja vagyok.

Első gyermekem születése óta csapatépítő trénerként, személyi edzőként dolgozom, és – követve az új trendeket – mindig megújulva aerobikórákat is tartok.



Nagy figyelmet fordítok az egészség és rekreáció fontosságára, és arra, hogy azt maximálisan eljuttassam klienseim számára.

Elsődlegesnek tartom az egészség megőrzését minden korosztály számára.

Éppen ezért a Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság Kreatív Csoportjának vezetőjeként, úgy gondolom, hogy elsődleges célom az egészségre történő nevelés, éppen ezért céljaim között szerepel általános-, közép-, majd felsőfokú intézményekkel történő kapcsolatfelvétel, és ezen intézményekkel történő szoros és hasznos együttműködés, egy egészségesebb nemzedék nevelése érdekében. Az életviteli klubunk, ahogyan eddig, ezután is széles körben nyújt segítséget az érdeklődőknek minden területen, sok neves hazai előadóval, azonban ezt is új mederbe terelve. Számos programot kínálunk majd a 2017-es év folyamán, melyre nagyon sok szeretettel és szakmailag felkészült stábbal várjuk a kedves érdeklődőket.

Minna 
Masszázs Stúdió

Minkó- Csontos Anna
 gyógy- és sportmasszőr

Masszázs
Oktatás
Energetikai
kezelések 

Tel.: +36(70)332-2915
www.minnamasszazs.hu



Lévai Krisztián
 Fotográfus
 www digitpix.hu
 www.facebook.com/digitpix


 LevaiKrisztian
 www digitpix.hu



KERT Közép-Kelet-Európai Rekreációs Társaság
 Central-Eastern-European Recreation Association
 www.recreationcentral.eu



Szakmai partnerek
 Professional partners



Együttműködő partnerek, támogatók
 Cooperative partners, sponsors



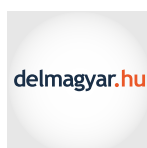
SCITEC[®]
 NUTRITION



SOMOGYI KÁROLY
 VÁROSI ÉS MEGYEI KÖNYVTÁR
 SZEGED



Médiatámogatók
 Media supporters



RÁDIÓ88



Bronz fokozatú támogató
 Bronze grade supporter



Napfényfürdő
 Aquapolis
 Szeged

Ezüst fokozatú támogató
 Silver grade supporter



OXIGÉN HOTEL ****
 & ZEN SPA NOSZVAJ

KÉNYEZTETÉS.
KALAND.
KIKAPCSOLÓDÁS.



Napfényfürdő
Aquapolis
Szeged

Őszi feltöltődés Szegeden!

- Szeretne 272 méter csúszdázás után a hűs habokba csobbanni?
- Szívesen pihenné ki a hét fáradalmait Csendes wellness részlegünkben?
- Aktív kikapcsolódásra vágyik egy légkondicionált, panorámás fitnessteremben?
- Összekötné feltöltődését fájó testrészeinek gyógyításával exkluzív gyógyászatunkon?

SZAUNASZEÁNSZOK • PEZSGŐMEDENCE

KÉNYEZTETŐ MASSZÁZSOK

GYERMEKPARADICSOM • ÉLMÉNYMEDENCÉK

ÓRIÁSCSÚSZDÁK • FELEJTHETETLEN ÉLMÉNYEK

Napfényfürdő
Aquapolis Szeged

📍 6726 Szeged, Torontál tér 1.

☎ Telefon: (+36-62) 566-488

🌐 www.napfenyfurdoaquapolis.com



EGYET FIZET –
KETTŐT VIHET!

50%
akció!
2016. október 31-ig

Mindazok,
akik október 31-éig
megrendelik a decemberi
számot, mellé
**ajándékba
megkapják**
a recreation Magazin
2016. tavaszi számát!

Megrendelés:
www.recreationcentral.eu
info@recreationcentral.eu



Decemberi számunk várható tartalmából:

Dr. Csernus Imre –INTERJÚ

Városi rekreáció:

Algyő
... a Tisza virága

Példakép:

**Dr. Szabó
Gábor** prof.

Gyereksarok:

**A középső
gyermek...**