

Sporty walki to szkoła życia

FESTIWAL SZTUK WALKI || Od 13 lat w Uranii można obejrzeć prezentację sztuk walki, które są bardzo popularne w stolicy regionu. W sobotę 13 października publiczność zgromadzona na dużej trybunie obejrzała bardzo ciekawe pokazy, m.in. gości z Ukrainy.

Ponad godzinę trwała impreza, a podczas tego czasu zaprezentowało się sześć dyscyplin. Na podest ustawiony na środku Uranii kolejno wychodzili przedstawiciele takich dyscyplin jak: aikido, zapasy, taekwondo, judo, krav maga, spás oraz karate. Przygotowano ciekawe pokazy, podczas których można było zobaczyć m.in. pokazowe walki. Warto było czekać do końca imprezy, żeby zobaczyć widowiskowe rozbijanie desek oraz cegieł przez karateków.

Spás to nowość w Olsztynie, a zaprezentowali ją goście z Ukrainy, którzy do stolicy regionu przyjechali z Zaporozża. Spás kozacki to



Fot. Emil Marecki

sposób przeżycia w ekstremalnych warunkach, jest elementem tradycyjnej kozackiej nauki o zachowaniu duszy, a wraz z nią

ciała w sytuacjach zagrożenia życia.

- Ten festiwal to żywy dowód na to, że olsztyńskie środowisko skupione wokół



różnych sztuk walki ma swoją ugruntowaną pozycję w naszym mieście - mówi dyrektor Ośrodka Sportu i Rekreacji Jerzy Litwiński. - Liczba klu-

bów sztuk w Olsztynie się nie zmniejsza. Szacuję, że kilka tysięcy osób trenuje sztuki walki. Cały czas pojawiają się także znakomite wyniki

sportowe. Sztuki walki to także wspinała szkoła życia. Uczą wytrwałości, samokontroli, dyscypliny, szacunku do wysiłku. Dlatego tak licznie rodzice przeprowadzają dzieci na zajęcia.

Skoro jest tak dużo klubów dających możliwość trenowania sztuk walki, to każdy musi się mocno nagimnastykować, żeby właśnie przyciągnąć go do siebie. - To jest rzeczywiście skomplikowana sprawa, ale najbardziej przyciągają sukcesy sportowe danej dyscypliny - mówi Marek Wieczorek, prezes Olsztyńskiego Klubu Kyokushin Karate. - U nas bardzo popularne są letnie izi-mowe akademie karate, które organizujemy od kilku lat.

EM

REKLAMA

Pranie czyste i suche w godzinę



W OLSZTYNIE MOŻNA ŻYĆ JAK W AMERYCE. MOŻNA PRAĆ SZYBKO I DOKŁADNIE. ZAPEWNIĄ TO PROFESJONALNA PRALNIA I SUSZARNIA SPEED QUEEN.



Fot. sqpralnia.pl



Amerykańskie filmy reklamowały pralnie automatyczne już lata temu. Na szczęście ta moda, a właściwie wygoda, trafiła też do Olsztyna. Na Jarotach działa pralnia Speed Queen. I rzeczywiście - jest szybka i oszczędza czas. Najdłuższe pranie w dziewięćdziesięciu stopniach trwa zaledwie pół godziny. Najkrótszy program to dziewięć minut.

- Pralnia automatyczna to profesjonalne i nowoczesne urządzenia pralnicze, które przy-

jechały ze Stanów. A wiadomo, na pralniach automatycznych Amerykanie znajdują się najlepiej - opowiada Monika Pavlović. - Można prać nie tylko odzież, ale rzeczy o dużym gabarycie - kołdrę albo koc. W domu nie mamy takich możliwości, bo w pralkach się nie mieszczą. Problem z praniem mają też duże rodziny, dla nich największa pralka ze sklepu jest niewystarczająca. U nas takiego problemu nie ma. Mamy pralki dostosowane do typu i wielkości prania - 6,5 kg, 8 kg i 14 kg. A co mnie najbar-

ziej cieszy, większości ubrań nie trzeba prasować! Wystarczy je tylko dobrze posegregować w pralni. A jest ku temu możliwość, bo mamy wielki stół, który to ułatwia.

W tej pralni każdy może prać sam, co jest jej atutem. - Często potrzebujemy profesjonalnej pralni, ale nie zawsze chcemy oddać swoje rzeczy w obce ręce. Tu mamy nad wszystkim kontrolę - podkreśla pani Monika. - Możemy użyć własnych detergentów, chociaż w pralni można korzystać ze środków

czystości przeznaczonych specjalnie dla tego typu pralek. Pralnia automatyczna mieści się na ul. Wilczyńskiego 6G, w sąsiedztwie wielu sklepów. To też plus.

- Bo można wstawić pranie i wyjść, żeby załatwić swoje sprawy. Są tu banki i sklepy - podpowiada Monika Pavlović. - Ale można też napić się kawy na miejscu. Ceny też są przystępne. Mamy na przykład happy hours, wtedy pranie jest tańsze. Ale można kupić Kartę Stałego Klienta. W zależności od kwoty doła-

dowania, dostaje się więcej środków na karcie. Wtedy pranie jeszcze bardziej się opłaca. Oszczędzamy więc nie tylko czas, ale i pieniądze. Za pranie można płacić kartą, banknotami i bilonem. Zapraszam do pralni Speed Queen. Jest czynna w godz. 6-24.

SAMOOBŚLUGOWA PRALNIA W OLSZTYNIE UL. WILCZYŃSKIEGO 6G www.sqpralnia.pl

180318otr-a