

KROS UTRKA „TR IMO ZAJEDNO“ DOŽIVJELA SVOJE TRE E IZDANJE

joi, 18 iulie 2019

Tr anje je najlakši na in da redovnu fizi ku aktivnost uklju imo u svoj život.

Iako velik broj ljudi tvrdi da je tr anje dosadno i naporno, postoje razni razlozi zbog kojih ljudi tr e. Me u njima ubrajamo dobru energiju koja obuzima ljude, želja za boljim fizi kim izgledom ili pak zadovoljstvo koje se stvara pri spoznaji da se ini nešto dobro za zdravlje. Tr anje je tjelovježba koja daje odli ne rezultate u jako kratkom razdoblju te je znatno u inkovitija od hodanja ili vožnje bicikla. Studije i istraživanja pokazala su da tr anje ini uda u prevenciji pretilosti, dijabetesa tipa 2, bolesti srca i visokog krvnog tlaka.

Jedino što nam je potreno za tr anje jest dobar par tenisica i volja, a upravo s tim je bio opremljen velik broj trka a svih dobi iz karaševskih mjesta koji su sudjelovali na tre em izdanju rekreativne kros utrke „Tr imo zajedno“.

Utrka je održana u nedjelju 16. lipnja u Karaševu s po etkom od 16:00 sati, s polaznom to kom ispred otvorene scene iz središta mjesta. Organizator natjecanja bilo je Zajedništvo Hrvata u Rumunjskoj, a kompeticija je prire ena s ciljem promoviranja zdravog na ina života i podizanja svijesti o važnosti kontinuirane tjelesne aktivnosti kod pojedinaca ili cijele obitelji.

Sudionici su bili podijeljeni u dvije dobne kategorije, jedna do 14. godine, a druga je okupila sve ostale natjecatelje. Tr alo se po makadamskom i asvaltiranom putu, staza za mlade je bila dužine 1 kilometar, dok je za odrasle iznosila 3 kilometra.

„Ovo je samo jedna u nizu akcija koje Zajedništvo Hrvata u Rumunjskoj radi i trudi se da mladima ukaže da se športom može pridonijeti boljem zdravlju i boljoj timskoj povezanosti, ali i boljoj povezanosti me u našim selima i ljudima. Na ovoj ediciji imali smo i naše Hrvate iz Tirola, što je velika stvar, jer to dokazuje da svake godine raste interes za naše športke akcije”, - objasnio je predsjednik ZHR-a, Giureci-Slobodan Ghera, koji se aktivno uklju io u organiziranju ove aktivnosti.

Kod mladih je prvi stigao do cilja Alex Dr gan iz Karaševa, drugo najbolje vrijeme je imao Dr gan Marcovici iz Karaševa, a tre e mjesto je pripalo Darku Banak iz Ravnika.

U kategoriju odraslih prvi je stigao do cilja Daniel Toma iz Ri ice, zatim Petar Du_an Giurgi iz Karaševa, a tre i Cristian Hacegan iz Nermi a.

Ljepota ove sportske discipline sastoji se u tome da na njoj mogu sudjelovati svi, bez obzira na vrsno doba pojedinaca, a to je upravo potvrdio Nicolae P un, sedamdesetogodišnjak iz Karaševa, koji je uspješno završio utrku, unato nepodnošljivoj vru ini: „Ja sam skoro 70 godina, ali se osje am kao da imam

50 godina. Sudjelovao sam na svim dosadašnjim izdanjima ovoga krosa i uopće nije bilo problema za mene. U mojoj dobnoj kategoriji ja sam uvijek prvi stigao do finisha. Bilo je dosta vruće, što me je natjeralo da napravim nekoliko stanki uzduž traseja, jer nestalo mi je daha, ali, hvala Bogu, dogurao sam do kraja – rekao je pobjedni kim entuzijazmom veteran utrke.

Uostalom, sportsko natjecanje iz Karaseva omogućilo je našoj zajednici da se okupi na jednom mjestu, i da se svi sudionici zajedno dobro osjećaju i lijepo zabave, a zato se i Marian Tincul, mještacin Karaseva, koji inače živi i radi u Austriji, našao među njima: "Lako nisam iz Austrije došao specijalno za ovu akciju, rado sam participirao na utrci, jer drago mi je kada se događaju ovakve lijepe stvari u Karasevu, pogotovo ako me zateknu ovdje, doma. Ovakvim prilikama, kada sudjeluju i ljudi iz drugih naših sela, važno je da se jedni s drugima bolje upoznamo i družimo međusobno."

Svi sudionici trećeg izdanja kros utrke "Trimo zajedno" dobili su prilikom ceremonije nagradu Ivanja promotivne majice i diplome za sudjelovanje, a trojici najbržih u objema kategorijama dodijeljeni su i pehari.

Ukupno je na rekreativnom natjecanju u Karasevu sudjelovalo 155 atletskih entuzijasta različitih dobi, tri manje nego na prošlogodišnjoj ediciji, i svi sudionici mogu biti smatrani pobjednicima utrke.

Daniel Lucacela