



ÚJDONSÁG!

Hogyan válasszak sportágat? – első sportágválasztó könyv

**A sport az egészség fontos része,
sőt, miért ne lehetne öröm és szórakozás is egyben?!**

Szerző: **Nagy János** (olimpikon, Európa-bajnoki ezüstérmes, FILA nagydíj gála aranyérmes birkózó)

Kiemelten közreműködtek a könyv létrejöttében:

Kozmann György (kétszeres olimpiai bronzérmes, világ- és Európa-bajnok kenus)

Dr. Molnár Tamás (háromszoros olimpiai bajnok, világ- és Európa-bajnok vízilabdázó)

A könyv 95 különböző sportágat foglal magában, hagyományos és extrém sportokat, sőt megismerkedhetünk még eddig alig ismert sportágakkal is, amik most kezdenek csak ismertté válni Magyarországon.

A könyv célja: segítséget nyújtani felnőtteknek és gyerekeknek megtalálni azt a sportágat, amely igazán tetszik nekik, hogy a mozgás valódi kikapcsolódás és jó érzés legyen mindenkinek.

Sok nehézségbe ütköznek az emberek, miközben megpróbálják megtalálni a számukra legideálisabb sportágat.

Mi alapján döntünk? Néha ez csak a véletlen műve, néha az határozza meg, mit sportoljunk, hogy mi az, amit ismerünk, vagy a szülők, barátok ismernek, vagy ami a közvetlen közelünkben elérhető. Ezért gyakran megesik, hogy kipróbálunk egy sportágat, aztán hamar abba is hagyjuk.

Ez a könyv a választásban segít. Sorra veszi a választás személyes szempontjait:

- Kinek ajánlják?
- Milyen képességeket fejleszt?
- Ismerteti a sportág előnyeit, hátrányait
- Sport szakorvos szakvéleményét tudhatjuk meg minden sportágról
- Hány éves kortól lehet elkezdni, és meddig tart a versenyszerű pályafutás?
- Lehet-e hobbiból, kedvtelésből végezni?
- Hogyan lehet elkezdni, és mire van szükség a kezdéshez?



A könyv röviden bemutatja a sportágakat, és érdekességeket, elérhetőségeket ad minden sportághoz. Röviden ismerteti a sportágak történetét is, továbbá 3-3, a sportágban kiemelkedő teljesítményt nyújtó sportoló saját élményeiről, gondolatairól olvashatunk néhány sorban. Ez teszi a könyvet közvetlenné és személyessé.

Néhány ajánlás a könyvről:



„A *Hogyan válasszak sportágat?* című szakkönyv igazi hiánypótló mű! Soha eddig még nem állt a sportágválasztás előtt álló gyermek, fiatal és idősebb sportoló, szülő és pedagógus rendelkezésére ilyen, teljességre törekvő, hasznos információkkal gazdagon teleírt könyv, mint ez a gyűjtemény.”

Dr. Simóka Beáta sportszakállamtitkár

Dr. Simóka Beáta sajtótájékoztatón érdeklődve forgatja a „Hogyan válasszak sportágat?” könyvet

„E könyvet lapozgatva biztos, hogy – miközben valódi példaképek példájából meríthet erőt – mindenki megtalálja a számára legalkalmasabbat.”

Török Ottó

Nemzeti Utánpótlás-nevelési és Sportszolgáltató Intézet főigazgatója

„A könyv lehetőséget ad mindenkinek, aki több sportágat akar megismerni, hogy megtalálja azt, ami legjobban illik hozzá.”

Kozmann György

kétszeres olimpiai bronzérmes, világ- és Európa-bajnok kenus

„Hiszem, hogy mindenkinek van tehetsége valamihez. Fontosnak tartom, hogy a gyerekek megtalálják, miben sikeresek, miben tudnak eredményeket elérni, mert örömet és további impulzust ad számukra, hogy sportoljanak. A könyvben a képek és a szöveg iránymutatást ad abban, hogy ezt meg is találják.”

Dr. Molnár Tamás

háromszoros olimpiai bajnok, világ- és Európa-bajnok vízilabdázó

Könyv ára: 11 990 Ft



Nagy János szerző középen,
jobbra Kozmann György, balra Dr. Molnár Tamás