

MĚSÍČNÍ VYTRVALEC 2025

ZČU bude opět pomáhat...

Po roce přichází ZČU opět s výzvou Ústavu tělesné výchovy a sportu, která nese název Měsíční vytrvalec. Dubnové „soupeření“ jednotlivých fakult a dalších pracovišť ZČU má přinést prostředky, které pomohou vybranému jedinci, který to má v životě složitější.

Letos chceme podpořit Vilímka. Vilém má těžkou formu dětské mozkové obrny a neobejde se bez pravidelné rehabilitace, kterou však pětičlenná rodina nedokáže plně hradit z vlastních prostředků. Proto vítá jakýkoliv finanční příspěvek.

odkaz na Vilémkův [web](#)

Studenti a zaměstnanci ZČU budou od 1. do 29. dubna 2025 cíleně běhat, chodit, jezdit na kole, na koloběžce nebo třeba inline bruslích, aby pomohli. Pomohli Vilémkovi, svojí fakultě (nebo svému pracovišti) a možná nejvíce sami sobě tím, že se budou více pohybovat. Řada lidí se hýbat chce, ale většinou hledá důvod proč jít či nejít ven a často potřebuje trochu postrčit od kolegy, kamaráda spolužáka, aby něco pro svoji kondici a tedy i pro svoje zdraví udělali. A tady máte důvodů hned několik. Vyražte si ven, zapněte nějakou aplikaci ve svém mobilním zařízení, které vám zdolanou vzdálenost změří a svůj výkon s námi sdílejte.

Kilometry, které v dubnu nachodíme, naběháme a najezdíme vlastními silami následně po skončení akce opět s přispěním fakult ZČU přetavíme na finance, které pomohou někomu, kdo to potřebuje.

Ústav tělesné výchovy a sportu ZČU v Plzni vyhláší, pod záštitou rektora ZČU, výzvu „Měsíční vytrvalec“ ve dvou disciplínách, v běhu/chůzi a jízdě na kole/koloběžce/ inline bruslích.

Zdolané kilometry budou účastníci zaznamenávat do vylepšené aplikace vyvinuté pro tuto akci k jednoduššímu shromažďování dat <https://vytrvalec.kts.zcu.cz/cs>

Pravidla a způsob zaznamenání vašich výkonů zveřejníme na webu KTS a na sociálních sítích před startem soutěže.

Těšíme se na vaši účast.