

Pulzus kontrollált edzés módszer bevezetése Derecskén

A DERECSKE BUDO Ifjúsági, Sport és Szabadidős Egyesület a 2021. évi a Városi Civil Alap keretében a „civil közösségi tevékenységek és feltételeinek támogatása” című felhívás „Civil szervezetek eszközbeszerzési támogatása” alprogramom sikeresen pályázott.

VCA-KP-1-2021/3-000648 azonosítószámmal „Pulzus kontrollált edzés módszer bevezetése Derecskén” címmel 506.830 Ft vissza nem térítendő támogatásban részesült. A pályázat keretein belül 17 db optikai pulzusmérő került beszerzésre, amelyek segítségével ingyenes alkalmazással és egy tablettel valós időben, folyamatosan képesek vagyunk monitorozni az edzésen résztvevők pulzusát, teljesítményét és állapotát.

Az eltérő intenzitású mozgások különböző eredményeket hoznak, ezért nagyon fontos, hogy mielőtt neki kezdenék a sportolásnak, azelőtt látnunk kell magunk előtt, mit is szeretnénk. A mozgás intenzitásáról a pulzus árulkodik, így a céljaink feltérképezése után a pulzusszámunk folyamatos monitorozása a kulcs a hatékonysághoz.

2022-től folyamatosan bevezetésre kerülnek az optikai pulzusmérő készülékek a kardió és funkcionális edzéseken valamint a karate edzéseken egyaránt.



MINISZTERELNÖKSÉG



BETHLEN GÁBOR
Alapkezelő Zrt.