Warszawa 9 maja 2016

**Atleci organizują wspólną akcję sprzątania lasku przy osiedlu Króla Maciusia w Marysinie**

**14 maja atleci z siłowni CrossFit’owej „Decepticon” w Marysinie organizuje społeczną akcję sprzątania okolicznego las przy ulicy Rekruckiej. Społeczność z siłowni zaprasza do akcji okolicznych mieszkańców oraz pracowników do wspólnego uporządkowania pobliskiego lasu. W akcję zaangażowało się m.in. sąsiadujące z lasem Miejskie Przedsiębiorstwo Oczyszczania.**

W okolicznym lasu przy ul. Rekruckiej w Marysinie sąsiadującym bezpośrednio z osiedlem Króla Maciusia często przebywają rodziny z dziećmi oraz osoby starsze. Pobliski las to miejsce spacerów, relaksu, letniego wypoczynku i uprawiania sportu dla lokalnej społeczności. Organizując akcje sprzątania nowopowstała siłownia pokazuje odpowiedzialność za miejsca i społeczność, którymi się otacza, a także zachęca lokalną społeczność do wspólnego spędzania czasu.

*Idea zaangażowania lokalnej społeczności i budowania wspólnoty (ang. Community) to jedna z podstawowych idei przyświecającej CrossFit’owi\** - mówi Karol Zdunek, właściciel i trener siłowni CrossFit Decepticon – *jesteśmy od niedawna na Marysinie w okolicznym lasu, często biegamy i ćwiczymy, niestety często natrafiamy na różnego rodzaju odpadki i śmiecie. Dlatego zachęcamy do wspólnego dania przykładu i świadectwa, że zależy nam na środowisku i wyglądzie naszego otoczenia. Zapraszamy serdecznie wszystkich do pomocy, a później na kiełbaskę z ogniska.*

Planowany przebieg wydarzenia:

16:00 zbiórka w Crossfitowym Boxie – ul. Goździków 29/31.

16:15 rozdane zostanie sprzęt do sprzątania m.in worki i rękawiczki oraz podzielone zostaną zespoły oraz teren za jaki odpowiadają

16:30 – 18:00 sprzątanie lasu

18:00 - wspólne grillowanie

W akcję zaangażowało się Miejskie Przedsiębiorstwo Oczyszczania w Marysinie, które dzięki swojej uprzejmości zapewnia sprzęt do zbierania odpadów m.in. rękawiczki, worki i odbiór odpadów. W przypadku niepogody akcja odbędzie się 15 maja w niedziele.

*\*CorssFit to ogólnorozwojowy i funkcjonalny trening, którego idea została zapoczątkowana w Kaliforni w USA pod koniec XXw. Ma na celu rozwijanie wszystkich zdolności motorycznych człowieka. Treningi prowadzone są w zrzeszonych klubach sportowych, wyłącznie pod okiem wykwalifikowanych trenerów, w grupach. Dzięki temu staje się dla uczestników stylem życia.*

-KONIEC-

Kontakt:

***Karol Zdunek***

***Head Coach & Owner Crossfit Decepticon***

***Adres: Goździków 29/31, Warszawa***

***Telefon: 505 951 789***