



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Projekt pod naslovom *Promoviranje aktivnega angažiranja v športu (Promoting Active Engagement in Sports -PACES)* je namenjen promocije fizičnih aktivnosti, ki so zanimive za pripadnike različnih starostnih in socialnih skupin. Partnerji v tem projektu so še posebej usmerjeni na promocijo tradicionalnega karateja kot metode vadbe, s pozitivnimi učinki na zdravje oseb starejših od 55 let. Tradicionalni karate je športna aktivnost, ki jo lahko ljudje vadijo v različnih starostnih obdobjih, ker omogoča razvoj univerzalnih veščin, kot so: potrpežljivost, ravnotežje, koordinacija, moč, gibljivost, samozavest, zaščita telesa in celostni fizični razvoj.

Cilji projekta so: a) povišati stopnjo sodelovanja med projektnimi partnerji, b) dvigniti zavest o pozitivnih učinkih karateja na zdravje, c) razviti orodja za ocenjevanje in promoviranje karate vadbe pri osebah starejših od 55 let.

Aktivnosti se bodo izvajale v vseh državah iz katerih prihajajo partnerji projekta. Projekt bo trajal 18 mesecev, od 1.1.2018 do 30.6.2019.

Nosilec in koordinator projekta:

HRVATSKI KARATE SAVEZ
www.karate.hr

Partneri:

Hrvatska

KARATE KLUB VIROVITICA

Makedonija

KARATE FEDERACIJA NA MAKEDONIJA
<http://www.kfm.com.mk>

Slovenija

KARATE ZVEZA SLOVENIJE
<https://www.karate-zveza.si>

Srbija

KARATE FEDERACIJA SRBIJE
<http://karateserbia.org>

The Promoting Active Engagement in Sports (PACES) project's goal is to contribute in promoting physical activities attractive to different social groups. Partners in this project are focused on introducing the traditional karate as a method of exercise with positive health effects to older adults 55+. Traditional karate is a sport activity that can be safely enjoyed by people of all ages as it enables development of transversal skills, such as: patience, balance, coordination, strength, mobility, self-esteem, body protection, and ensures overall physical development.

The project objectives are to: a) increase capacities and cooperation among partners and foster synergies; b) raise awareness about positive impact of karate on health; c) develop tools for assessment and support inclusion into karate of older adults.

Activities will take place in all partner countries. Duration of the project is 18 months, starting from 1. 1. 2018. to 30. 6. 2019.

Project Coordinator:

HRVATSKI KARATE SAVEZ
www.karate.hr

Partners

Croatia

KARATE KLUB VIROVITICA

Macedonia

KARATE FEDERACIJA NA MAKEDONIJA
<http://www.kfm.com.mk>

Slovenija

KARATE ZVEZA SLOVENIJE—
<https://www.karate-zveza.si>

Srbija

KARATE FEDERACIJA SRBIJE
<http://karateserbia.org>

Promoting Active Engagement in Sports—PACES

*Promoviranje aktivnog
angažiranja u sportu*

Промоција на активно
ангажирање во спортот

Промовисање активног
ангажовања у спорту

*Promoviranje aktivnega
angažiranja v športu*



Projekt pod nazivom Promoviranje aktivnog angažiranja u sportu ("Promoting Active Engagement in Sports" - PACES) ima za svrhu promociju fizičkih aktivnosti kroz karate, namijenjenih svim društvenim skupinama. Partneri u ovom projektu naročito su usmjereni na promicanje tradicionalnog karatea kao metode vježbanja s pozitivnim učincima za zdravlje osoba starosne dobi 55+. Tradicionalni karate je sportska aktivnost koju ljudi mogu prakticirati u svim dobnim skupinama, jer omogućava razvoj transverzalnih vještina, kao što su: strpljenje, ravnoteža, koordinacija, snaga, pokretljivost, samouvjerenje, zaštita tijela i osiguravanje cjelokupnog fizičkog razvoja.

Ciljevi projekta su: povećati kapacitete, suradnju i sinergiju među projektnim partnerima; podići svijest o pozitivnom utjecaju karatea na zdravlje; razviti alate za procjenu, promovirati uključivanje osoba starosne dobi 55+ u vježbanje karatea.

Aktivnosti će se odvijati u svim državama iz kojih su partneri projekta. Trajanje projekta je 18 mjeseci, a započeo je s provedbom 1. 1. 2018. do 30. 6. 2019.

Nositelj i koordinator projekta:

HRVATSKI KARATE SAVEZ
www.karate.hr

Partneri:

Hrvatska

KARATE KLUB VIROVITICA

Makedonija

KARATE FEDERACIJA NA MAKEDONIJA
<http://www.kfm.com.mk>

Slovenija

KARATE ZVEZA SLOVENIJE—
<https://www.karate-zveza.si>

Srbija

KARATE FEDERACIJA SRBIJE
<http://karateserbia.org>

Projektot е насловен како Промоција на активно ангажирање во спортот („Promoting Active Engagement in Sports"-PACES) и има за цел промоција на физичките активности преку каратето и наменето е за сите општествени организации. Партнерите во овој проект посебно се наведуваат на воведувањето на изворното карате како метод за вежбање со позитивни придобивки за здравјето на лицата со старост над 55 години.Изворното карате како вештина е спортска активност која може да ја практикуваат луѓе од сите старосни групи, затоа што овозможува развој на трансверзалните вештини, како што се :стрпливост, рамнотежа, координација, снага, покретливост, самодоверба, заштита на телото и обезбедување на целосниот физички развој.

Цели на проектот се: зголемување на капацитетите, соработката и синергијата помеѓу партнерите во проектот ; подигање на свеста за позитивното влијание на каратето за здравјето; развивање на алатки за процена , промовирање и вклучување на лица со старост над 55 години во вежбање на каратето.

Активностите ќе се одвиваат во сите држави од каде се партнерите на проектот. Проектот ќе трае 18 месеци , а започна со активностите на 1.1.2018. и ќе трае до 30.6.2019.

Носител и координатор на проектот:

HRVATSKI KARATE SAVEZ
www.karate.hr

Партнери:

Hrvatska

KARATE KLUB VIROVITICA

Makedonija

KARATE FEDERACIJA NA MAKEDONIJA
<http://www.kfm.com.mk>

Slovenija

KARATE ZVEZA SLOVENIJE
<https://www.karate-zveza.si>

Srbija

KARATE FEDERACIJA SRBIJE
<http://karateserbia.org>

Проектот под називом Промовисање активног ангажовања у спорту (*Promoting Active Engagement in Sports-PACES*) има за сврху промоцију физичких активности кроз карате, намењених свим друштвеним групама. Партнери у овом пројекту нарочито су усмерени, на промовисање традиционалног карatea као методе вежбања с позитивним учинцима за здравље особа старосне доби 55+. Традиционални карате је спортска активност коју људи могу практиковати у свим старосним групама, јер омогућава развој трансверзалних вештина, као што су: стрпљење, равнотежа, координација, снага, покретливост, самоувјерење, заштита тела и обезбеђивање целокупног физички развоја.

Циљеви пројекта су: повећање капацитета, сарадња и синергија меѓу пројектним партнерима; подићи свест о позитивном утицају карате на здравље; развијају алате за евалуацију, промовишу укључивање 55 година старости у карате вежбу.

Активности ће се одвијати у свим земљама из којих су пројектни партнери. Трајање пројекта је 18 месеци, а започео је са спровођењем 01. 01. 2018. до 30. 06. 2019.

Носиоц и координатор пројекта:

HRVATSKI KARATE SAVEZ
www.karate.hr

Партнери:

Хрватска

KARATE KLUB VIROVITICA

Македонија

KARATE ФЕДЕРАЦИЈА МАКЕДОНИЈЕ
<http://www.kfm.com.mk>

Словенија

KARATE ФЕДЕРАЦИЈА СЛОВЕНИЈЕ
<https://www.karate-zveza.si>

Србија

KARATE ФЕДЕРАЦИЈА СРБИЈЕ
<http://karateserbia.org>