



Извештај  
са одржаног

**ДАНА БЕЗ ЛИФТОВА (NED)**

**24. април 2017. године**

Седентарни начин живота, као један од најопаснијих навика модерног друштва већ поприма карактеристике епидемије. Постало је јасно да је потребна промена - нови активан начин живота. Како би се ова промена подржала и промовисала покренута је нова европска иницијатива – Дан без лифтова (NED). Дан без лифтова је пан-европски део иницијативе NowWeMove (Сад се крећемо) кампање покренуте од стране Међународне Асоцијације за спорт и културу (ISCA) и подржан је од стране Европске недеље Спорта #BeActive. **Дан без лифтова се лако може имплементирати - у пословним зградама, тржним центрима, стамбеним зградама, паркинзима, универзитетима и другим јавним и приватним зградама. Генерална идеја о Дану без лифтова је да промовише свакодневно коришћење степеница уместо лифта.**

Промоција добробити физичке активности изузетно је важна како бисмо смањили велике директне и индиректне трошкове физичке неактивности (који се процењује на 100 милијарди евра годишње у Европи) као и многобројне нежељене болести са смртних исходом (у Европи 600.000 умрлих сваке године) што је један од разлога зашто се у Бриселу развила идеја о Дану без лифтова - једноставно је, не кошта ништа, а доприноси здрављу и развоју навика појединаца.

У Србији 24.маја 2017.године по трећи пут је обележен Европски Дан без лифтова- NED и то најбољи могући начин међу којима је и Трка уз Београђанку на којој је више од 150 учесника мушких и женских спортиста и рекреативаца, ватрогасаца савладало је 550 степеница од приземља у просторијама Палате Београда до Радија Студио Б на 23 спрату. Асоцијација Спорт за све Србије по први пут је била званични партнер догађаја и Дан без лифтова је добио једну од најбољих промоција у граду и медијима.

Право да учествују у трци Београђанке су имали сви заинтересовани који се осећају психички и физички способан за ову врсту активности.

Победници у категорији ватрогасаца су у тандему Срђан Урошевић и Раде Стевић, а у мушкој категорији Милош Билић, који је поставио нови рекорд у трци: 2 минута, 20 секунди и 5 стотинки секунде, а у женској категорији најбоља је била Ивана Живковић из атлетског клуба младих Београда. Ветерани у мушкој и женској категорији такође су се такмичили и награде освојили Смиља Пилиповић и Милош Савић.

## Асоцијација Спорт за све Србије

И један посебан догађај је обележио трку-веридба! Владан Радановић, иначе стални учесник у активностима Асоцијације Спорт за све Србије попео се уз 550 степеница да би добио "да" од девојке коју воли.



Дан без лифтова је био идеалн увод за MOVE Week-Недељу физичке активности, када ће поред степеница, на располагању грађанима бити скоро све спртске активности: 29.05-04.06.2017.године. Спремите се!

Извештај припремила:  
Марина Ивановић

