

Presseinformation

Gesunde Ernährung für junge Sportler.

Sparkassen-Stiftung unterstützt Sportvereine mit Workshops

Freiberg, 28. Juli 2021

Kinder und Jugendliche, die intensiv Sport treiben, unterliegen hohen Belastungen. Einerseits müssen sie wachsen und sich entwickeln, andererseits soll ihr Körper im Training und im Wettkampf höchste Energiemengen umsetzen. Gerade in solchen intensiven Phasen ist es wichtig, die notwendigen Nährstoffe zuzuführen.

Wie das richtig geht und welche besonderen Hinweise für junge Menschen zu berücksichtigen sind – diese Fragen beantwortet das neue Angebot der Stiftung für Jugend und Sport der Sparkasse Mittelsachsen. Zwei erfahrene Partner vermitteln in einem Workshop für Sportlerinnen und Sportler von 9 bis 16 Jahren die theoretischen Grundlagen. Im Anschluss werden diese beim gemeinsamen Kochen angewendet. Bis zu 10 Kinder und Jugendliche können an einem Workshop teilnehmen. „Für alle Sportarten ist auch die Ernährung eine wichtige Grundlage für ein gutes Training und erfolgreiche Wettbewerbe.“, unterstreicht Dirk Helbig vom Stiftungsvorstand und lädt mittelsächsische Vereine ein, sich für die Förderung zu bewerben.

Sportvereine aus den Regionen Freiberg und Mittweida können sich nun die Unterstützung der Stiftung sichern. „Leichtathletik, Rudern, Volleyball – wir sind gespannt, welche Sparten sich für dieses Angebot interessieren.“, freut sich Dirk Helbig auf die Anfragen. Bis zu sechs Vereine können gefördert werden. Angeboten werden für den Zeitraum September bis November 2021 jeweils drei Workshops in Freiberg bei der ADMEDIA GmbH und in Mittweida bei der proagil GmbH. Bewerbungen können bis zum 6. September 2021 bei der Sparkassen-Stiftung für Jugend und Sport eingereicht werden.

Weitere Informationen und den Bewerbungsbogen gibt es online unter www.sparkassenstiftungen-mittelsachsen.de

Ihre Ansprechpartnerin:

Dr. Indra Frey, Pressesprecherin der Sparkasse Mittelsachsen
Vorstandsvorsitzende der Sparkassen-Stiftung für Jugend und Sport
Telefon: 03731 25-1026
E-Mail: indra.frey@sparkasse-mittelsachsen.de

Die Stiftung für Jugend und Sport der Sparkasse Mittelsachsen fördert seit über 15 Jahren den sportlichen Nachwuchs in der Region. Sie hat ihren Sitz in Freiberg. Jährlich sind rund 2.000 Teilnehmer bei den Stiftungsprojekten dabei. Seit ihrer Gründung hat sie gemeinnützige Projekte und Initiativen mit insgesamt über 600.000 Euro unterstützt.