



SFORAE

Sport for All and the Environment

NAJLEPSZE PRAKTYKI

Projekt współfinansowany w
ramach programu Unii Europejskiej
Erasmus+



Maj 2023

recal^{alu}

FUNDACJA NA RZECZ ODZYSKU
OPAKOWAŃ ALUMINIOWYCH



LSFP
LATVIJAS SPORTA FEDERĀCIJU PADOME

SPIS TREŚCI:

Wstęp & Partnerzy	Strona 3
Letní slavnosti dospělých / Letni festiwal sportowy dla dorosłych	Strona 4
8 Bieg Czterolistnej Koniczynki i Nordic Walking "Dziwny jest ten świat"	Strona 7
Majstrovstvá Európy 2022 v športe rope skipping / Mistrzostwa Europy w Skakance 2022	Strona 10
Ģimeņu pludmales spēles / Rodzinne gry plażowe	Strona 13
Ultramaraton Nadbużański	Strona 16
Detská tour Petra Sagana / Dziecięca trasa rowerowa Petera Sagana	Strona 19
Rīgas Orientēšanās nakts / Noc biegów na orientację w Rydze	Strona 22
BeActive pārgajiens / Spacer BeActive	Strona 25
Bieg przełajowy „Ekologiczna 5-tka”	Strona 28
Republiková soutěž ČASPV v TeamGymu / Krajowe Mistrzostwa w TeamGym	Strona 31
Legenda ikon	Strona 34
Podsumowanie	Strona 36



Wstęp

Ideą projektu „Sport dla Wszystkich i Środowisko” (SforAE) jest podnoszenie świadomości na temat korzyści płynących z ekologicznych zachowań w sporcie dla wszystkich. Projekt SforAE jest organizowany przez 4 partnerów z 4 krajów:

- Asociácia športu pre všetkých Slovenskej republiky (Słowackie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich)
- Česká asociace Sport pro všechny, z. s. (Czeskie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich)
- Fundacja na rzecz Odzysku Opakowań Aluminiowych RECAL
- Latvijas Sporta federāciju padome (Rada Łotewskich Federacji Sportowych)

Oprócz edukacji, celem jest nawiązanie silnej współpracy między partnerami, aby stworzyć dla nich efekt synergii. Projekt zakłada wymianę doświadczeń i wspólne wypracowanie wytycznych dla ekologicznie zrównoważonych wydarzeń sportowych. Obejmuje również organizację 4 flagowych wydarzeń (po jednym w każdym kraju Projektu) oraz wsparcie materiałami promocyjnymi w postaci bezpłatnych napojów izotonicznych w puszkach dla około 120 różnych wydarzeń sportowych. Wydarzenia muszą być zorganizowane w sposób zrównoważony dla środowiska, w tym zbiórka i recykling pustych puszek. Napoje izotoniczne wyprodukowała i przekazała nieodpłatnie firma Krynica Vitamin, producent napojów bezalkoholowych i niskoalkoholowych na zlecenie marek i sieci handlowych.

Najważniejszymi wyzwaniami stojącymi przed organizatorami wydarzeń sportowych są oczywiście troska o wysoki poziom sportowej rywalizacji oraz dbałość o sprawny przebieg przygotowań i samej imprezy. Lista współczesnych oczekiwań stawianych przed wydarzeniami sportowymi jest zdecydowanie szersza, a niniejsza publikacja ma na celu zachęcenie organizatorów do ograniczania wpływu na środowisko.

Niniejsza publikacja „Najlepsze praktyki” przedstawia wydarzenia, które pokazały najlepszą realizację „Rekomendacji ekologicznych. Jak zorganizować wydarzenie sportowe zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju” przygotowanych przez zespół projektu „Sport dla wszystkich i środowiska” (SforAE). Te najlepsze wydarzenia zorganizowano w 2022 roku w jednym z krajów Projektu. Projekt SforAE jest współfinansowany ze środków „Erasmus+ Sport” Small Collaborative Partnerships (numer referencyjny: 622949-EPP-1-2020-1-PL-SPO-SSCP). Strona internetowa Projektu: www.sforae.eu.

Zespół:

- Anita Brzeska – Fundacja na rzecz Odzysku Opakowań Aluminiowych RECAL
- Pavlina Hadova – Słowackie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich
- dr Jan Holko – Słowackie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich
- Anton Kozák – Słowackie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich
- Artur Łobocki – Fundacja na rzecz Odzysku Opakowań Aluminiowych RECAL
- Gabriela Machová – Czeskie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich
- Radka Mothejzīková – Czeskie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich
- Ronalds Režais – Rada Łotewskich Federacji Sportowych
- Aleksandra Švalkovska – Rada Łotewskich Federacji Sportowych
- Paweł Wiśniuch – Fundacja na rzecz Odzysku Opakowań Aluminiowych RECAL
- Jacek Wodzisławski – Fundacja na rzecz Odzysku Opakowań Aluminiowych RECAL





Letní slavnosti dospělých / Letni festival sportowy dla dorosłych

Organizator (nazwa: oryginalna i PL)	Česká asociace Sport pro všechny (Czeskie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich)
Rodzaj organizacji	Narodowa federacja sportowa
Data	24-26.06.2022
Miejsce	Doubí u Třeboně, Czechy
Liczba uczestników (sportowców)	152
Liczba kibiców	150
Liczba wolontariuszy	22

Festiwal sportowy jest otwarty dla publiczności, jednak większość uczestników to członkowie Czeskiego Stowarzyszenia Sportu dla Wszystkich. Uwielbiają to wydarzenie i uczestniczą w nim rok po roku. Program i harmonogram zajęć obfitują w różnorodne dyscypliny – zarówno te bardzo poważne, jak i zabawne i relaksujące. Każdy może wybrać, każdy może się dobrze bawić i co najważniejsze, każdy może się ruszać. Podczas 3 dni imprezy nie brakuje czasu na przypomnienie jak ważne są aspekty środowiskowe. Projekt SforAE prezentowany jest w wielu miejscach, na głównej scenie, czy też w jadalni. Wielu uczestników to nauczyciele, którzy przekazują informacje o projekcie swoim uczniom.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



Pracowaliśmy z wolontariuszami, członkami naszej organizacji. Pomagali nam na stanowiskach konkursowych i sprawdzali poprawność wykonywania dyscyplin. Zapewniliśmy im zakwaterowanie i wyżywienie.



Wiele zajęć odbywało się na łonie natury, na świeżym powietrzu, więc jakość powietrza była doskonała. Regularnie wietrzyliśmy pomieszczenia.



Promowaliśmy ideę wspólnych przejazdów. Uczestnicy udostępniili swoje samochody i autobusy do wspólnego transportu na wydarzenie. Inni korzystali z komunikacji miejskiej.



Informowaliśmy uczestników aby oszczędzali wodę.



Dostawa jedzenia była zorganizowana pod konkretną liczbę osób. Zamówienie zostało ustalone. Ludzie mogli sami decydować, jak dużą porcję chcą. Jedzenie było podawane na naczyniach wielokrotnego użytku. Resztki żywności zostały przekazane do lokalnego gospodarstwa rolnego.



Oszczędziliśmy energię, sprawdziliśmy, czy w lokalu nie ma zbędnego oświetlenia. Rejestrację i komunikację zorganizowano cyfrowo.



Zawsze dbamy o to, żeby nie robić za dużo hałasu.



Zmniejszyliśmy zużycie papieru. Wszystkie dokumenty i zaproszenia zostały wysłane e-mailem i opublikowane w mediach społecznościowych. Zamiast kart uczestnictwa, które rozdawaliśmy w przeszłości, uczestnicy otrzymali wartościową książkę zakupioną na wyprzedaży. W ten sposób dwukrotnie chroniliśmy środowisko. Zrezygnowaliśmy z plastikowych kubków, do napojów używaliśmy własnych (osobistych) butelek.



Zorganizowaliśmy selektywną zbiórkę wytworzonych odpadów od uczestników (alumińowe puszki po napojach, tworzywa sztuczne, papier). Na terenie ustawiono pojemniki na puszki oraz stojaki na worki do segregacji odpadów. Podczas wydarzenia uczestnikom przekazano informacje dotyczące odbioru odpadów. Zebrane alumińowe puszki po napojach zostały przewiezione do lokalnego skupu surowców wtórnych. Pozostałe frakcje zebrane selektywnie przekazano do pojemników komunalnych.



Zmniejszyliśmy nasz ślad węglowy, ponieważ usługodawca kupuje od lokalnych dostawców, a usługi były świadczone przez lokalnych pracowników.





Letní slavnosti dospělých / Letni festiwal sportowy dla dorosłych





8 Bieg Czterolistnej Koniczynki i Nordic Walking "Dziwny jest ten świat"

Organizator	Stowarzyszenie Jarosławska Grupa Biegowa Sokół
Rodzaj organizacji	Stowarzyszenie
Data	23.07.2022
Miejsce	Munina, Polska
Liczba uczestników (sportowców)	182
Liczba kibiców	200
Liczba wolontariuszy	80

Bieg Czterolistnej Koniczynki to bieg i marsz nordic walking na dystansie 5 km po trasie wytyczonej na obszarze wsi Munina (w tym na terenach atrakcyjnych krajobrazowo). Wydarzeniu towarzyszą biegi dziecięce oraz piknik kończący się koncertem i wspólną zabawą uczestników, organizatorów i kibiców.

Głównym celem wydarzenia jest propagowanie aktywnego stylu życia i promocja wśród społeczności różnych form aktywności. Wydarzenie przyczynia się również do budowania społeczeństwa obywatelskiego w oparciu o ideę wolontariatu i filantropii oraz do promocji okolicznych terenów jako miejsca do uprawiania sportu, przyjaznego dla ludzi aktywnych.

Każdego roku wydarzeniu towarzyszy hasło i motyw przewodni. Hasło biegu w 2022 r. Dziwny jest ten świat i gołąbek pokoju jako motyw przewodni były reakcją na tragiczne wydarzenia w Ukrainie i miały na celu wyrażenie sprzeciwu wobec wojny.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



Podczas wydarzenia została zapewniona selektywna zbiórka odpadów wytwarzanych przez uczestników (puszek aluminiowych po napojach, tworzyw sztucznych, szkła). W widocznych miejscach rozmieszczono pojemniki na puszkę oraz stojaki na worki do selektywnej zbiórki odpadów. Informacje o selektywnej zbiórce odpadów podczas wydarzenia były przekazywane uczestnikom na profilu wydarzenia na portalu społecznościowym oraz w trakcie wydarzenia przez prowadzącego. Zebrane puszkę aluminiowe po napojach zostały przekazane do lokalnego skupu surowców wtórnych. Inne zebrane selektywnie frakcje zostały odebrane przez firmę komunalną.



Promocja wydarzenia prowadzona była głównie poprzez profile na portalu społecznościowym i strony internetowe przy minimalizacji drukowanych materiałów. Podczas wydarzenia wykorzystano materiały promocyjne (banery) wytworzone w poprzednich edycjach biegu.



Podczas organizacji wydarzenia zlecono specjalistyczne usługi podmiotom zewnętrznym (np. profesjonalny pomiar czasu, nagłośnienie sceny) oraz wykorzystano użyczone od Partnerów biegu sprzęty m.in.: ławki, stoły i namioty plenerowe, inne elementy infrastruktury niezbędne do realizacji wydarzenia.



W celu zminimalizowania marnotrawstwa żywności organizator zamówił wyliczoną ilość produktów do przygotowania posiłków dla uczestników wydarzenia. Żywność pozostała po wydarzeniu została rozdysponowana wśród wolontariuszy.



Energia elektryczna używana podczas wydarzenia była wykorzystywana racjonalnie jedynie dla potrzeb niezbędnych do przeprowadzenia wydarzenia. Budynek stanowiący zaplecze sanitarne dla uczestników (Hala sportowa przy szkole w Muninie) wyposażony jest w alternatywne źródła energii – kolektory słoneczne, które zapewniły ciepłą wodę uczestnikom.



Organizator biegu zachęcał w komunikacie na profilu na portalu społecznościowym do wspólnych podróży uczestników wydarzenia („car-pooling”). W celu minimalizacji liczby transportów towarów i sprzętów niezbędnych do organizacji wydarzenia przestrzeń ładunkowa środków transportów była wykorzystywana optymalnie.



Organizacja oraz przeprowadzenie wydarzenia opierały się na pracy i zaangażowaniu wolontariuszy – członków Stowarzyszenia Rozwoju Wsi Munina, Stowarzyszenia Jarosławska Grupa Biegowa Sokół oraz przedstawicieli społeczności lokalnej.





8 Bieg Czterolistnej Koniczynki i Nordic Walking "Dziwny jest ten świat"





Majstrovstvá Európy 2022 v športe rope skipping / Mistrzostwa Europy w Skakance 2022

Organizator (nazwa: oryginalna i PL)	Slovenská rope skippingová asociácia (Akademia Skakanki na Słowacji)
Rodzaj organizacji	Stowarzyszenie
Data	25-30.07.2022
Miejsce	Bratysława, Słowacja
Liczba uczestników (sportowców)	3439
Liczba kibiców	6069
Liczba wolontariuszy	30

Mistrzostwa Europy w Skakance w Bratysławie były imprezą sportową składającą się z trzech konkurencji – Mistrzostw Europy w Skakance 2022, Mistrzostw Europy Juniorów w Skakance 2022 oraz Otwartego Turnieju Europy 2022.

Konkurencje były indywidualne i drużynowe, w konkurencjach szybkościowych, a także w konkurencjach Freestyle (zestawy elementów do muzyki ze skakanką). Skakanie dla Zdrowia było częścią imprezy jako wydarzenie pozakonkursowe, głównie dla widzów, gdzie główną ideą było wprawienie widzów w ruch i włączenie ich do aktywności fizycznej ze skakanką, czy to było skakanie, czy po prostu gimnastyka z maskotką wydarzenia. Finał tej imprezy był transmitowany na żywo przez TV JOJ SPORT i był kilkakrotnie powtarzany.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



W trakcie przygotowań, realizacji oraz po zakończeniu imprezy nie stosowano plastikowych teczek i przezroczystych arkuszy. Jeśli drukowanie było konieczne, stosowano druk dwustronny. Sędziowie używali tabletów, a nie kartek papieru. Promocja imprezy, ulotki, dokumenty, listy startowe, a także wyniki były dostępne wyłącznie online. Banery reklamowe są używane wielokrotnie. W toaletach podczas imprezy wykorzystano papier makułaturowy.



Podczas wydarzenia powstały momenty wyciszonej muzyki. Festiwal odbywał się w ciągu dnia, aby zapewnić spokojny wieczór. Nie używaliśmy fajerwerków ani podczas ceremonii otwarcia, ani podczas finałowej nocy.



W czasie trwania imprezy w hali sportowej zapewniono regularną wymianę powietrza i dopływ świeżego powietrza. Unikano stosowania generatora prądu z silnikiem diesla.



Catering został zapewniony przez zewnętrznego dostawcę w sąsiedztwie miejsca imprezy. Zakazano używania plastikowych talerzy do serwowania posiłków.



Lokalnych wolontariuszy zapewnił organizator. W nagrodę zapewniono im zakwaterowanie, wyżywienie, napoje i koszulki.



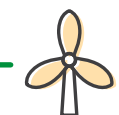
Podczas imprezy oferowane były napoje izotoniczne w puszkach. Zapewniliśmy eliminację marnotrawstwa wody. W toaletach były ogłoszenia o oszczędzaniu wody.



Na miejsce można było dojechać komunikacją miejską, a także bezpłatną komunikacją miejską (BID) dla uczestników wydarzenia. Uczestnicy korzystali również z publicznych skuterów. Zakwaterowanie w pobliżu hali sportowej oferowało najbardziej ekologiczny transport – spacer.



Na miejscu wydarzenia w widoczny sposób ustawiono specjalne pojemniki na odpady segregowane, puszki i plastikowe butelki.



Oświetlenie hali sportowej było energooszczędne, a rejestracji dokonaliśmy elektronicznie.





Majstrovstvá Európy 2022 v športe rope skipping /
Mistrzostwa Europy w Skakance 2022





Ģimeņu pludmales spēles / Rodzinne gry plażowe

Organizator (nazwa: oryginalna i PL)	Inovātais Projektu Centrs (Centrum Projektów Innowacyjnych)
Rodzaj organizacji	Stowarzyszenie
Data	17.09.2022
Miejsce	Marupe, Łotwa
Liczba uczestników (sportowców)	160
Liczba kibiców	35
Liczba wolontariuszy	20

Rodzinne gry plażowe BeActive odbyły się w centrum sportów plażowych „Ruukki” z krytymi i odkrytymi boiskami plażowymi dla 4-osobowych rodzin (2 osoby dorosłe i 2 dzieci).

Rodziny przez cały dzień miały nie tylko ekscytujące zajęcia i zadania – sztafety prędkości i zwinności, wiosłowanie na SUP, zajęcia na piasku, testowanie różnych umiejętności, ale także inne różnorodne zajęcia. Były zajęcia na piasku plażowym, malowanie twarzy, eksperymenty naukowe.

Rodziny rywalizowały jako zespół w 12 różnych aktywnościach, które opierały się wyłącznie na pracy zespołowej, komunikacji i pomysłowości. Każda drużyna otrzymała punkty, a trzy najlepsze rodziny z największą liczbą punktów zostały nagrodzone.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



Centrum sportowe zostało wybrane przez organizatorów, ponieważ centrum wykorzystuje panele słoneczne do dostarczania energii, dlatego energia elektryczna wykorzystywana podczas imprezy została wyprodukowana z energii naturalnej, aby zminimalizować negatywny wpływ na środowisko.



Do wyżywienia rodzin wykorzystano istniejącą restaurację w centrum sportowym. Formularz rejestracyjny rodziny wymagany do wybrania rodzaju jedzenia i wielkości porcji (dziecko lub dorosły), aby mieć dokładną liczbę porcji.



Na miejscu zdarzenia zapewniono punkty zaopatrzenia w wodę pitną (dzięki współpracy z firmą wodociągową Venden). Wszystkie rodziny podczas rejestracji online zostały poinformowane, że wszyscy uczestnicy muszą przynieść własne butelki na wodę.



Zapewniono pojemniki do segregacji odpadów aluminiowych, plastikowych i ogólnych.



Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc parkingowych wszystkie rodziny zostały poinstruowane, aby korzystały tylko z 1 pojazdu na rodzinę, aby ograniczyć liczbę pojazdów.



Muzyka była dostarczana w pomieszczeniach, dzięki czemu ograniczyła hałas na zewnątrz centrum sportowego i nie miała wpływu na publiczność.





Ģimeņu pludmales spēles / Rodzinne gry plażowe





Ultramaraton Nadbużański

Organizator	Fundacja Ultramaratonu Nadbużańskiego
Rodzaj organizacji	Fundacja
Data	17.09.2022
Miejsce	Mielnik, Polska
Liczba uczestników (sportowców)	358
Liczba kibiców	200
Liczba wolontariuszy	80

PGE Ultramaraton Nadbużański to bieg terenowy rozgrywany od 2018 roku na terenie Gminy Mielnik w malowniczej Dolinie Bugu. Trasy prowadzą drogami leśnymi, polnymi, z dala od ulic, pokazując biegaczom najpiękniejsze zakątki Podlasia. Wizytówką zawodów są pyszne bufety na podlaską nutę, urokliwe trasy wzdłuż kopalni kredy czy w wąwozach. Celem Fundacji Ultramaratonu Nadbużańskiego jest edukacja ekologiczna oraz promowanie sportu w bezpiecznym i czystym środowisku.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



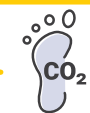
Zakupiliśmy produkty, których opakowania nadają się do łatwego recyklingu. Na terenie całego wydarzenia prowadzona była selektywna zbiórka odpadów. Wszystkie odpady powstałe podczas tego wydarzenia zostały poddane recyklingowi lub kompostowaniu. Zrezygnowaliśmy z plastikowych kubków, zastępując je silikonowymi kubkami wielokrotnego użytku, które biegacze otrzymali w pakietach startowych. Posiłki serwowane są na naczyniach z otrąb w 100% biodegradowalnych.



Miejsce rozgrywania zawodów zostało tak wybrane, żeby hałas nie dokuczał lokalnej społeczności. Imprezę skończyliśmy zaraz po przybiegnięciu ostatniego zawodnika. Poziom decybeli był na akceptowalnym poziomie, nie używaliśmy żadnej pirotechniki ani podobnych elementów powodujących niepotrzebny hałas.



W celu oszczędności energii nasza impreza odbywała się przy świetle dziennym. Budynek, w którym prowadziliśmy biuro zawodów wyposażony jest w instalację fotowoltaiczną.



Ograniczamy ślad węglowy poprzez lokalne zamówienia i zakupy, propagowanie wspólnych przejazdów wśród zawodników i wolontariuszy.



Zmniejszyliśmy zużycie papieru. Wszystkie dokumenty były podpisywane za pośrednictwem formularza online. Ulotkę reklamową zastąpiliśmy newsletterem.



Od początku działalności duży nacisk kładziemy na wolontariat. Mamy oddzielny zespół ludzi, którzy są przypisani do tego zadania. Wolontariusze pomagają nam w: - oznakowaniu trasy - na punktach odżywczych - przy wręczaniu medali, wody, izotoników - przy kosztach na odpady. Każdego roku robimy sporą kampanię w celu pozyskania nowych osób do pracy wolontariackiej.



Na mecie zawodów przekazywaliśmy napoje w małych opakowaniach, żeby ograniczyć ich marnowanie.



Przygotowując wydarzenie myślimy i działamy "eko" – ograniczamy drukowanie, by minimalizować zużycie papieru, nie używamy plastikowych koszulek na dokumenty. Komunikacja z zawodnikami odbywa się głównie online – poprzez newsletter, media społecznościowe; zapisy na bieg prowadzone były elektroniczne bez konieczności drukowania kart czy oświadczeń.



Promujemy ideę wspólnych przejazdów. Biegacze za pośrednictwem naszych mediów społecznościowych dogadywali się na wspólną podróż. Promowaliśmy też transport publiczny, publikując rozkłady jazdy oraz możliwości dotarcia na naszą imprezę. Miejsce startu i mety zlokalizowane były w pobliżu szlaku rowerowego Green Velo, dlatego promowaliśmy również tę opcję transportu, zapewniając odwiedzającym parking dla rowerów.



Kupiliśmy produkty lokalne i ekologiczne. Zamówienia dostosowane były do liczby uczestników. Posiłek regeneracyjny, przygotowany był przez lokalne koło gospodyń wiejskich i wydawany był na talerzach wykonanych z otrąb, które można zjeść lub kompostować. Żywność z punktów odżywczych, która została po zamknięciu punktu trafiła na metę i była wydawana biegaczom oraz uczestnikom.



Impreza odbywała się w ciągu dnia, na otwartej przestrzeni, więc korzystaliśmy ze świeżego powietrza i naturalnego oświetlenia.



Zachęcaliśmy do wspólnych przejazdów "carpooling".





Ultramaraton Nadbużański





Detská tour Petra Sagana / Dziecięca trasa rowerowa Petera Sagana

Organizator (nazwa: oryginalna i PL)	Cyklistická detská tour Žilina (Dziecięca wycieczka rowerowa Żylina)
Rodzaj organizacji	Klub sportowy
Data	18.09.2022
Miejsce	Žylina, Słowacja
Liczba uczestników (sportowców)	329
Liczba kibiców	1000
Liczba wolontariuszy	25

Dziecięca trasa rowerowa Petera Sagana to wyjątkowa impreza kolarska organizowana już po raz dziewiąty. Powstała jako niekomercyjny projekt dla dzieci do lat 14, które chciały jeździć na rowerze, ale nie osiągnęły poziomu wyścigowego. Swoją nazwę nadał mu żylinianin Peter Sagan, jedna z najwybitniejszych osobowości zawodowego peletonu, trzykrotny mistrz świata, zdobywca zielonej koszulki w ciągu pięciu lat Tour de France, zwycięzca etapowy we wszystkich Wielkich Tras i wielu innych osiągnięć. Obecnie jest to już największa impreza kolarska na Słowacji z tysiącami uczestników, co roku organizowanych jest co najmniej 6 imprez.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



Zapewnia współorganizator /miasto, wieś, klub/. Każdy uczestnik otrzymał napój izotoniczny w puszcze z projektu „Sport dla Wszystkich i Środowiska”. Na miejscu wydarzenia w widoczny sposób ustawiono specjalne pojemniki do segregacji puszek i butelek PET do późniejszego recyklingu. Z przekazanych w ramach projektu 300 puszek wróciły 253, co stanowi 84,3% (podczas gdy średnia na Słowacji to 70%).



W imprezie brały udział dzieci z całej Słowacji, które również musiały zabrać ze sobą rowery, dlatego najczęstszym środkiem transportu był samochód. Również rodzice przyjechali z dziećmi kamperami i utworzyli miasteczka kamperów (ok. 10-15 pojazdów). Korzystali z istniejących miejsc parkingowych Uniwersytetu w Żylinie, które udostępniono im nieodpłatnie.



Reklamy banerowe są używane wielokrotnie. Wykonane są z materiałów tekstylnych, można je prać i użytkować przez kolejne lata. W przypadku zmiany sponsora na istniejące już konstrukcje aluminiowe naciągany jest nowy baner wykonany z materiału tekstylnego. Banery wykonane w ten sposób wykorzystywane są również na innych imprezach sportowych lub są wypożyczane osobom trzecim.



W Żylinie wolontariuszy zapewnił lokalny współorganizator. Wydarzenie ma wysoką ocenę, więc nie było problemu ze znalezieniem chętnych, szczególnie spośród młodych ludzi, którzy chętnie służyli pomocą. W nagrodę otrzymali poczęstunek i koszulkę.



Przestrzeń online do promocji wydarzeń i kontaktów z uczestnikami jest coraz częściej wykorzystywana. Zrezygnowano również z drukowanych plakatów. Wyniki zostały opublikowane w Internecie natychmiast po wydarzeniu.





Detská tour Petra Sagana / Dziecięca trasa rowerowa Petera Sagana





Rīgas Orientēšanās nakts / Noc biegów na orientację w Rydze

Organizator (nazwa: oryginalna i PL)	Latvijas Orientēšanās federācija (Łotewska Federacja Biegu na Orientację)
Rodzaj organizacji	Narodowa federacja sportowa
Data	23.09.2022
Miejsce	Ryga, Łotwa
Liczba uczestników (sportowców)	638
Liczba kibiców	40
Liczba wolontariuszy	15

Łotewska noc biegów na orientację odbyła się w 20 miastach, ale głównym wydarzeniem była noc biegów na orientację w Rydze.

Wydarzenie było przeznaczone dla drużyn, ale każdy mógł wziąć w nim udział. Uczestnicy (zespoły) mieli swobodę planowania, które punkty kontrolne chcieliby odwiedzić w ciągu 3 godzin, aby zebrać jak najwięcej punktów. Nie było zatem określonej długości dystansu, a jedynie od uczestników zależało, ile i jakie punkty kontrolne odwiedzą. Oznacza to, że każda osoba o różnym poziomie fizycznym lub umiejętnościach mogła wziąć udział.

Biegi na orientację odbywały się w Rydze, przez różne parki, zabytki, dzielnice miast i zabytkowe domy. Rozpoczęcie w świetle dziennym i przejście w ciemność, co utrudniało uczestnikom orientację w różnym świetle.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



Wydarzenie odbyło się w stolicy Łotwy, Rydze, z dużym systemem transportu publicznego, dlatego organizatorzy wydarzenia ściśle współpracowali z Gminą Ryga, aby wszyscy zarejestrowani uczestnicy mogli bezpłatnie korzystać z transportu publicznego do miejsca wydarzenia i z powrotem.



Wydarzenie odbywało się głównie na świeżym powietrzu, dlatego podczas wydarzenia wykorzystano światło naturalne lub oświetlenie miejskie używane codziennie na latarniach itp. Uczestnicy musieli przynieść własne latarki, aby móc biegać na orientację po zmroku.



Łotewska federacja biegów na orientację współpracuje we wszystkich swoich imprezach z państwową spółką akcyjną Łotewskie Lasy Państwowe, która zapewnia nie tylko kosze do recyklingu (alumirowe od SforAE, plastikowe/papierowe, na żywność i ogólne pojemniki), ale także materiały edukacyjne i gry dla dzieci na każdą imprezę.



Organizatorzy od lat współpracują ze specjalnie przeszkoloną grupą wolontariuszy, którzy pomagają realizować ich działania przez cały rok.



Centralne miejsce wydarzenia odbyło się w prywatnym zamkniętym budynku, minimalizując w ten sposób efekt hałasu dla publiczności. Trasy na orientację nie zawierały żadnej muzyki ani dodatkowego hałasu.



Zapobiegnięto zanieczyszczeniu powietrza, sugerując uczestnikom korzystanie z transportu publicznego, korzystanie z codziennego światła dostarczanego przez gminę oraz korzystanie z prywatnego zamkniętego budynku z ich wsparciem elektrycznym.





Rīgas Orientēšanās nakts / Noc biegów na orientację w Rydze





BeActive pārgajiens / Spacer BeActive

Organizator (nazwa: oryginalna i PL)	Stirnu Buks (Sarna Buck)
Rodzaj organizacji	Stowarzyszenie sportowe
Data	24.09.2022
Miejsce	Tukums, Łotwa
Liczba uczestników (sportowców)	2400
Liczba kibiców	200
Liczba wolontariuszy	28

Spacer #BeActive 2022 z trasą po zmierzchu odbył się w centralnym punkcie rekreacyjnego ośrodka sportowego Zviedru cepure (pol. Szwedzki kapeluszy) w urokliwym regionie Kurzeme i dolinie rzek Abava, w dzielnicach Talsi i Tukums.

Aby była dostępna dla wszystkich, uczestnicy mogli wybrać najbardziej odpowiedni z czterech różnych dystansów w ciągu dnia – 3 km, 11 km, 16 km i 27 km oraz 9 km trasą po zmierzchu.

Trasy prowadziły przez pagórkowate tereny, lasy, wioski, skanseny, stadniny koni i na końcu przez rzekę Abava tyrolką lub łodzią. Trasa po zmierzchu zawierała niesamowite niespodzianki, takie jak przerażające stwory z opowieści ludowych, które sprawiły, że uczestnicy dostawali gęziej skórki.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



Organizator ma wieloletnią współpracę z wolontariuszami, których wyszkolił i pomagają mu w różnych wydarzeniach, dlatego przy wyborze organizatorów wydarzenia kluczowe jest zrozumienie, czy ich sposób myślenia jest zgodny z zielonymi wytycznymi.



Ponieważ impreza odbywała się na terenie gminy publicznej przy wsparciu gminy, cała energia elektryczna była wytwarzana za pośrednictwem istniejącej infrastruktury, dlatego nie były potrzebne żadne dodatkowe generatory diesla. Uczestnicy musieli przynieść własne latarki na trasę po zmierzchu.



Za pośrednictwem mediów społecznościowych wszystkim uczestnikom zalecono przybycie na miejsce wydarzenia z rodziną i przyjaciółmi, korzystając z tego samego pojazdu, aby zminimalizować korzystanie z dodatkowych pojazdów i szkody dla środowiska.

Infrastruktura miejsca imprezy w postaci domków została wykorzystana do celów organizacyjnych, aby zminimalizować konieczność dodatkowego wynajmu.



Zapewniono kosze do recyklingu na aluminium, tworzywa sztuczne i odpady ogólne.



Na miejscu wydarzenia rozstawiono punkty zaopatrzenia w wodę z zaproszeniem wszystkich uczestników do przyniesienia własnych butelek na wodę.



W wydarzeniu wzięło udział dwóch gitarzystów unikających systemów muzycznych o dużej mocy. Muzyka znajdowała się tylko w miejscu centralnym imprezy, które znajdowało się z dala od prywatnych domów i ograniczało hałas do minimum. Wzdłuż trasy wędrowki nie wytwarzano dodatkowego hałasu, a uczestnicy wędrowali we własnym czasie, nie powodując tym samym obszarów o dużej koncentracji uczestników.



Wydarzenie odbyło się na świeżym powietrzu i jak wspomniano wcześniej, nie użyto generatorów diesla, dlatego jakość powietrza pozostała nienaruszona.



Organizator skoordynował współpracę z gminą i niektórymi prywatnymi posesjami wzdłuż trasy wędrowki i otrzymał zaświadczenie o korzystaniu z terenu do wędrowki oraz utrzymywaniu terenu w stanie nienaruszonym i czystym.





BeActive pārgaijens / Spacer BeActive



#BEACTIVE



Bieg przełajowy „Ekologiczna 5-tka”

Organizator	Gminny Ośrodek Kultury Sportu i Rekreacji w Trąbkach Wielkich
Rodzaj organizacji	Centrum kultury, sportu i rekreacji
Data	16.10.2022
Miejsce	Trąbki Wielkie, Polska
Liczba uczestników (sportowców)	104
Liczba kibiców	100
Liczba wolontariuszy	30

Bieg pn. „Ekologiczna 5-tka” był jednym z 12 biegów organizowanych w ramach 5. Biegowego Grand Prix Kociewia. Cele zawodów to przede wszystkim upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej i popularyzacja aktywnego wypoczynku i zdrowego trybu życia. Trasa o długości 5 km była niezbyt wymagająca, ale bardzo malownicza, gdyż przebiegała leśnymi duktami w Dolinie rzeki Radunia.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



Prowadzona była zbiórka pustych puszek, z wykorzystaniem pojemników i worków na puszki. W trakcie wydarzenia przekazywane były informacje na temat zbiórki i recyklingu. Zebrane puszki zostały przekazane do recyklingu w ramach projektu „Piłki za puszki”. Dodatkowo dostępne były także pojemniki do segregacji innych odpadów: papieru, szkła i plastików.



W zabezpieczeniu trasy, na parkingu, w biurze zawodów i w innych sprawach organizacyjnych pomagali wolontariusze (strażacy z OSP w Trąbkach Wielkich i w Ełganowie, a także młodzież szkolna).



Żywność, która nie była wykorzystana przez uczestników zawodów przekazana została mieszkańcom na terenie Gminy uchodźcom z Ukrainy.



Na terenie Wydarzenia nie było żadnych naczyń ani sztuców z plastiku.



Wielokrotne wykorzystanie banerów, roll-upów reklamowych, a także namiotów, które mogą być wykorzystane przy innych wydarzeniach.



Każdy uczestnik otrzymał pamiątkowy medal zaprojektowany tak, by mógł cieszyć długo po zakończeniu imprezy. Składał się z trzech elementów, które po złożeniu przeistaczają się w stojak dla smartfona, podstawkę pod gorący kubek lub skrobaczkę do zamrażniętych szyb samochodu. Wstążka wykonana z taśmy odbłaskowej może się stać częścią ubioru lub plecaka poprawiając widoczność osób poruszających się na zewnątrz.

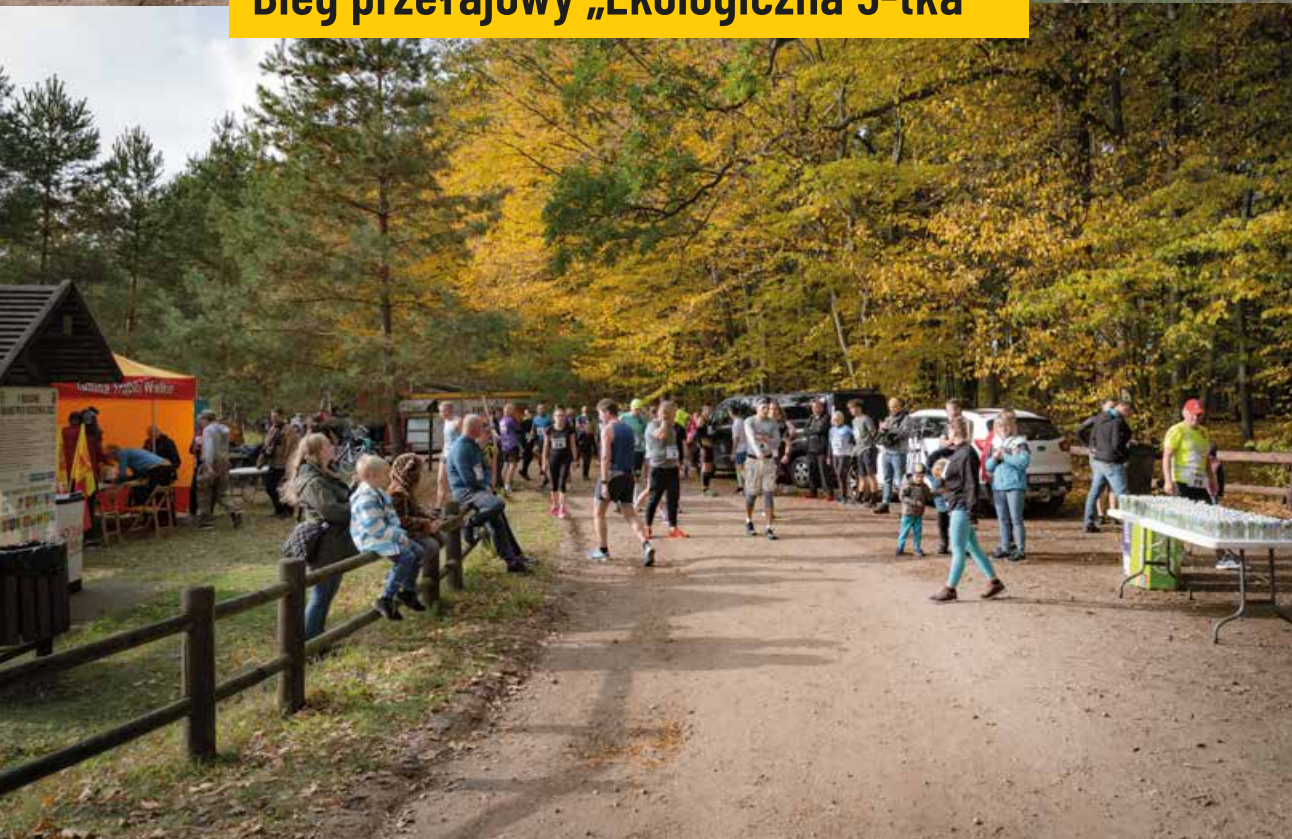


Podczas wydarzenia wykorzystywano jedynie naturalne oświetlenie.





Bieg przełajowy „Ekologiczna 5-tka”





Republiková soutěž ČASPV v TeamGymu / Krajowe Mistrzostwa w TeamGym

Organizator (nazwa: oryginalna i PL)	Česká asociace Sport pro všechny (Czeskie Stowarzyszenie Sportu dla Wszystkich)
Rodzaj organizacji	Krajowa federacja sportowa
Data	12.11.2022
Miejsce	Trutnow, Czechy
Liczba uczestników (sportowców)	263
Liczba kibiców	542
Liczba wolontariuszy	46

TeamGym to rywalizacja zespołowa rozgrywana w trzech dyscyplinach: Floor, Tumble i Trampet. Wszystkie trzy dyscypliny wymagają efektywnej pracy zespołowej i doskonałej techniki z trudnymi umiejętnościami w elementach akrobatycznych i gimnastycznych. Zawody TeamGym podzielone są na trzy sekcje: kobiet, mężczyzn i drużyn mieszanych w różnych kategoriach wiekowych.

Krajowe Mistrzostwa w TeamGym obejmowały wszystkie trzy dyscypliny i wszystkie kategorie. Największymi ulubieńcami widowni są seniorki i mężczyźni, którzy wykonują elementy z niewiarygodną trudnością. W czasie rozgrzewki goście mieli dużo czasu na spacer po sali widowiskowej i byli szczerze zainteresowani naszym projektem SforAE. Bardzo nas cieszy, że wszyscy dwa razy się zastanowili, żeby segregować śmieci do konkretnych koszy, w tym do puszek.



Wdrożenie „Rekomendacji ekologicznych” – kategoria i krótki opis działań



Zorganizowaliśmy selektywną zbiórkę wytworzonych odpadów od uczestników (aluminiowe puszki po napojach, tworzywa sztuczne, papier). W holu ustawiono pojemniki na puszki oraz stojaki na worki do segregacji odpadów. Podczas wydarzenia uczestnicy otrzymali informacje dotyczące projektu SforAE. Zebrane aluminiowe puszki po napojach zostały przewiezione do lokalnego skupu surowców wtórnych. Pozostałe frakcje zebrane selektywnie przekazano do pojemników komunalnych.



Lokalni wolontariusze pomogli w organizacji imprezy, a lokalny klub gimnastyczny zarządzał całą administracją. Miejskowa ludność bardzo dobrze znała tutejsze warunki, a ich pomoc była nieoceniona. Zapewniliśmy im jedzenie i picie.



Podczas odtwarzania muzyki obowiązywały określone limity głośności i zalecenia. Były one ściśle przestrzegane podczas zawodów. Gwarantowaliśmy przyjemną atmosferę zarówno dla publiczności, jak i dla zawodników.



Promowaliśmy ideę wspólnych przejazdów. Uczestnicy udostępniili swoje samochody i autobusy do wspólnego transportu na wydarzenie. Inni korzystali z komunikacji miejskiej.



Oświetlenie hali sportowej było energooszczędne. Światło było włączone tylko po to, aby zapewnić bezpieczny przebieg zawodów. W strefach szatni i toalet nasi wolontariusze sprawdzali, czy nie ma zbędnych świateł.



Zmniejszyliśmy zużycie papieru. Wszystkie dokumenty i zaproszenia zostały wysłane e-mailem i opublikowane w mediach społecznościowych. Rejestracja odbywała się elektronicznie, bez konieczności drukowania.



Catering był zapewniony na miejscu, ludzie kupowali tyle jedzenia, ile potrzebowali i mogli wybierać według własnego gustu. Dzięki temu nie miało miejsca marnowanie żywności.





Republiková soutěž ČASPV v TeamGymu / Krajowe Mistrzostwa w TeamGym



Legendy ikon



Recykling



Marnowanie żywności



Transport



Współdzielenie



„Ekologiczne” zamówienia



Wolontariat



Energia



Woda



Hałas



Jakość powietrza



Ślad węglowy i kompensacja emisji



Certyfikaty



Inne



Podsumowanie

Przykłady przedstawione w niniejszej publikacji SforAE „Najlepsze praktyki” mają być źródłem pomysłów na zorganizowanie wydarzenia, które będzie miało mniejszy negatywny wpływ na środowisko. Więcej pomysłów można znaleźć również w publikacji „Rekomendacje ekologiczne. Jak zorganizować wydarzenie sportowe zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju” przygotowanej przez zespół Projektu SforAE. Prosimy pomyśleć o elementach, które są możliwe do zrealizowania podczas następnego wydarzenia. Podczas kolejnych wydarzeń można ulepszać swoje „zielone” działania i poszerzać je o nowe. Stopniowo większość naszych propozycji z pewnością zostanie zrealizowana. A dodatkowo, przechodząc na „zielone” myślenie, z pewnością można wpaść na inne, równie ekologiczne pomysły do zrealizowania.

SFORAE
Sport for All and the Environment

Zastrzeżenia w zakresie odpowiedzialności

Niniejsza publikacja została opracowana wspólnie przez Partnerów Projektu “Sport for All and Environment” (SforAE) współfinansowanego ze środków „Erasmus+ Sport” Small Collaborative Partnership (numer referencyjny: 622949-EPP-1-2020-1-PL-SPO-SSCP). W publikacji przedstawiono jedynie opinie autorów i Agencja oraz Komisja nie ponoszą odpowiedzialności za żadne wykorzystanie zawartych w niej informacji.

