MSSZ
MAGYAR SÚLYEMELŐ SZÖVETSÉG

SÚLYEMELÉS = SZUPERERŐ + ÜGYESSÉG + BÁTORSÁG!

Mit fogsz nálunk csinálni?

- FUTÁSOK, UGRÁSOK, ÜGYESSÉGI FELADATOK,
- SPORTJÁTÉKOK,
- EGYENSÚLY, KOORDINÁCIÓ, „SZUPERMOZDULATOK”
- TECHNIKA TANULÁS (MINT EGY IGAZI SPORTOLÓ!)
- CÉLOK, FEJLŐDÉS, SIKERÉLMÉNY

Próbáld ki te is a súlyemelést!

Itt nem az a lényeg, hogy mekkora súlyt emelsz, hanem hogy ügyesebb, gyorsabb és erősebb legyél – játékosan, jókedvűen.

És szuper hír: 2026-tól újra lesz Súlyemelő Diákolimpia!

Jó hír:

6–12 évesen NEM a nagy súlyok vannak fókuszban!

Ebben a korban kizárólag technikát tanulunk, és közben sokoldalúan fejlesztjük az atletikus képességeidet (gyorsaság, mozgékonyság, erő, állóképesség).

Biztonságosan, lépésről lépésre, képzett edzővel!

Tudtad? A súlyemelés az egyetlen súlyzós olimpiai sportág! Magyarország ebben a sportban 20 olimpiai érmet nyert – ezzel a **12. legeredményesebb olimpiai sportágunk!**

Barátok, jó hangulat, igazi sportélmény – és rengeteg sikerélmény!

Próbaedzés – csatlakozz!

Helyszín: _____

Időpont: _____

Tel.: _____

A SÚLYEMELÉS VÁR RÁD!

GYERE, ÉS LÉGY TE IS A CSAPATUNK TAGJA!