



Ekstremalne świętowanie z okazji 6 rocznicy Avalon Extreme dobiegło końca! Jak wyglądała impreza w samym centrum Bieszczad?

2021-11-05

W ramach 6 urodzin Avalon Extreme - projektu, który wspiera i zwiększa dostępność obiektów sportowych dla OzN, 27 października miał miejsce emocjonujący wyścig ze sztafetą - #Extremalna6, organizowany w Cisnej w Bieszczadach. Wydarzenie polegało na wyzwaniu sportowym dla dwóch 6-osobowych drużyn. W myśl hasła „Prawdziwy sport jest jeden”, obok siebie rywalizowali sportowcy z niepełnosprawnością, jak i osoby sprawne.

Youtube

<https://youtube.com/embed/uwJSub5s0mw>

Prawdziwa sportowa integracja w sercu Bieszczad!

Idea imprezy **#Extremalna6** inspirowana była 6 urodzinami Avalon Extreme. W części sportowej, czyli sztafecie zorganizowanej na leśnej trasie Cisna-Majdan, udział wzięły dwie 6-osobowe drużyny składające się ze sportowców z niepełnosprawnościami, w tym ambasadorów projektu Avalon Extreme - oraz 6 osób sprawnych. Na trasie 3-kilometrowej sztafety, zawodnicy mieli do wykonania 6 nietypowych wyzwań. Musieli m.in. przykręcić koło w samochodzie, czy rozwiązać zadanie matematyczne. Po pokonaniu wyznaczonej trasy i prawidłowym wykonaniu zadań, sztafetę przejmował kolejny zawodnik.



Download
image

Emocje od samego startu!

Sportowa rozgrywka rozpoczęła się w ostatnią środę, 27 października o godzinie 15:00 w miejscowości Cisna. Jak wyglądała sztafeta? Trzy godziny rywalizacji, trzy godziny walki z własnymi słabościami, a zarazem dopingowania się na każdym kroku!

Podczas tego wyjątkowego wydarzenia, nie tylko rywalizowaliśmy, ale też pokonywaliśmy własne słabości. Każdy był równy sobie i miał tak samo trudną, pełną wyzwań trasę, z pokonaniem której niejedna osoba miałaby trudności. Tym bardziej, że pogoda nie rozpieszczała. Niemałym wyzwaniem okazało się dla wszystkich zasznurowaniu buta z zawiązanymi oczami. I naprawdę wszyscy daliśmy radę! Oczywiście była to zdrowa rywalizacja, ponieważ oprócz walki z czasem, wspólnie motywowaliśmy się na każdym kroku, co sprzyjało integracji. Oprócz wysiłku, potu i pośpiechu, było też mnóstwo frajdy i śmiechu.

Aleksandra Kogut, koordynatorka Avalon Extreme



[Download image](#)

Wspólne zwycięstwo

Rywalizację wygrała drużyna, której zawodnicy pokonali trasę w najkrótszym czasie, a w jej skład weszli ambasadorowie i pracownicy Avalon Extreme, a także uczestnicy zajęć z cross treningu, które regularnie organizuje Fundacja Avalon w swojej siedzibie w Warszawie.

Dopełnieniem zawodów była wspólna integracja po ekstremalnych zmaganiach obu zespołów.

„Prawdziwy sport jest jeden” – udowadniamy to na co dzień w projekcie Avalon Extreme i po raz kolejny pokazaliśmy to podczas unikatowej sztafety #Extremalna6. Były przede wszystkim sportowe emocje, rywalizacja, adrenalina, czyli to co w Avalon Extreme lubimy najbardziej! Jak w leśnych warunkach poradzili sobie zawodnicy z niepełnosprawnością? Relację z wydarzenia można zobaczyć na naszym Facebooku oraz Instagramie, jak i na stronie biura prasowego Fundacji Avalon.

Aleksandra Kogut

Specjalne podziękowania należą się partnerom imprezy, bez których nie mogłaby się ona odbyć: Kancelaria Adwokacka Izabela i Krzysztof Pączek, MOTO-LEADER, IAA - Międzynarodowy Przedstawiciel na Polskę, KAZAR, E-Way, Hotel Rzeszów, Mike Media Rzeszów oraz Nadleśnictwo Cisna.

Dziękujemy również patronom medialnym: Nowiny, Nowiny24, Krosno365, Moje Jasło, Super Nowości, Super Nowości 24, Korso Sanockie, Krosno City i Twoje Miasto.

6 lat pracy i obalania stereotypów

Październikowe wydarzenie w Bieszczadach było podsumowaniem 6 lat intensywnej pracy zespołu Avalon Extreme nad zmianą postrzegania OsN, poprzez popularyzowanie sportów ekstremalnych. Nieocenioną rolę odgrywają tu sportowcy z niepełnosprawnościami i ambasadorzy Avalon Extreme, którzy wspinają się po górach, ścigają w rajdach, podnoszą ciężary, jeżdżą handbike'ami, pływają na sitwake'u czy są pilotami w przestworzach. Swoim przykładem i zacięciem do ekstremalnie trudnych sportów zmieniają postrzeganie osób z niepełnosprawnościami. To oni codziennie udowadniają, że nie ma rzeczy niemożliwych.

Kilka lat projektu Avalon Extreme to wiele emocjonujących imprez sportowych, treningów z różnych dyscyplin, inspirujących szkoleń. To także setki tysięcy przejechanych i wylatanych kilometrów, tysiące podniesionych kilogramów, setki godzin treningowych, dziesiątki zwycięstw i wiele zdobytych szczytów. Nie zapominamy także o utworzonej w 2017 roku Lidze Avalon Extreme Racing – pierwszej w Polsce lidze zrzeszającej kierowców z niepełnosprawnościami, którzy rywalizują jak równy z równym ze sprawnymi zawodnikami na torach w całej Polsce. Avalon Extreme to również trzy szerokie kampanie społeczne na rzecz zmiany postrzegania osób z niepełnosprawnościami Extrasprawni, z których jesteśmy naprawdę dumni.

Aleksandra Kogut

Avalon Extreme systematycznie zwiększa także dostępność sportu poprzez tworzenie nowych miejsc szkoleniowych i treningowych dla osób z niepełnosprawnościami w całej Polsce. Skutecznie zmienia postrzeganie niepełnosprawności i udowadnia, że aby osiągnąć sukces **“Wystarczy zacząć!”**

Avalon Extreme to projekt realizowany przez Fundację Avalon, którego misją jest zmiana postrzegania niepełnosprawności poprzez promocję sportów ekstremalnych. Pokazując osoby z niepełnosprawnościami jako ludzi aktywnych, samodzielnych i odnoszących sukcesy sportowe w widowiskowych i ekstremalnych dyscyplinach, Fundacja udowadnia, że niepełnosprawność nie stoi na przeszkodzie do samorealizacji i rozwoju pasji. Fundacja w ramach Avalon Extreme tworzy nowe miejsca szkoleniowe i treningowe dla osób z niepełnosprawnościami oraz współpracuje z gronem ambasadorów popularyzujących sporty ekstremalne.

Fundacja Avalon to jedna z największych organizacji pozarządowych w Polsce wspierających osoby z niepełnosprawnościami i przewlekle chore, powstała w 2006 roku, a od roku 2009 posiada status organizacji pożytku publicznego. Ma siedzibę w Warszawie, jednak swoim wsparciem obejmuje osoby potrzebujące z całej Polski. Fundacja oferuje pomoc potrzebującym w obszarze finansowym, a także prowadzi szereg programów społecznych i edukacyjnych, mających na celu aktywizację OzN a także zmianę postrzegania osób z niepełnosprawnościami w polskim społeczeństwie.

Fundacja Avalon aktualnie wspiera ponad 12 000 osób z całej Polski. Łączna wartość pomocy udzielonej przez Fundację swoim podopiecznym wynosi ponad 230 mln złotych.



3.png

[Download](#)



5.png

[Download](#)



1.png

[Download](#)



ekstremalne-swietowanie-z-okazji-.pdf

[Download](#)



2.png

[Download](#)



4.png

[Download](#)



ekstremalne-swietowanie-z-okazji-.docx

[Download](#)