

TESTY TRENING INTEGRACYJNY 18.10.2025 WOSIR DRZONKÓ



I. Ogólne statystyki uczestników

- Podział według płci:
- Kobiety (K): (70.1%)
- Mężczyźni (M): (29.9%)
- Ilość osób 210



Statystyki wieku:

- Najmłodszy uczestnik: 2 lata
- Najstarszy uczestnik: 71 lat
- Średni wiek: 22 lata

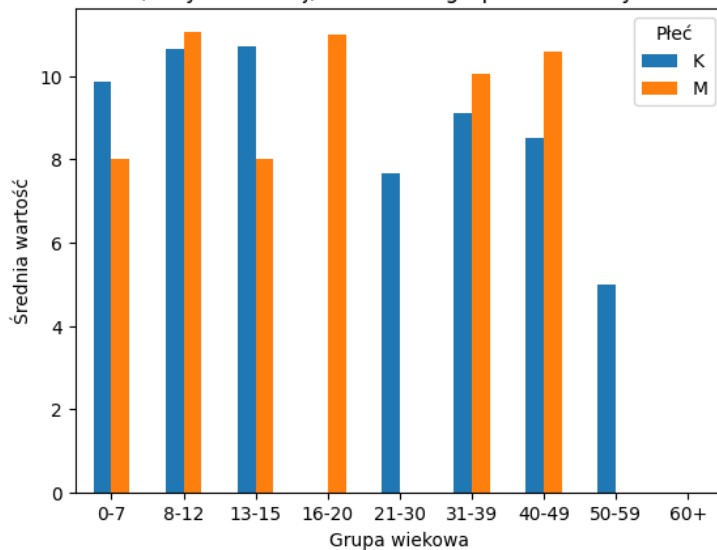
Dofinansowano ze środków budżetu państwa, których dysponentem jest Minister Sportu i Turystyki.

ŚREDNIE WYNIKI

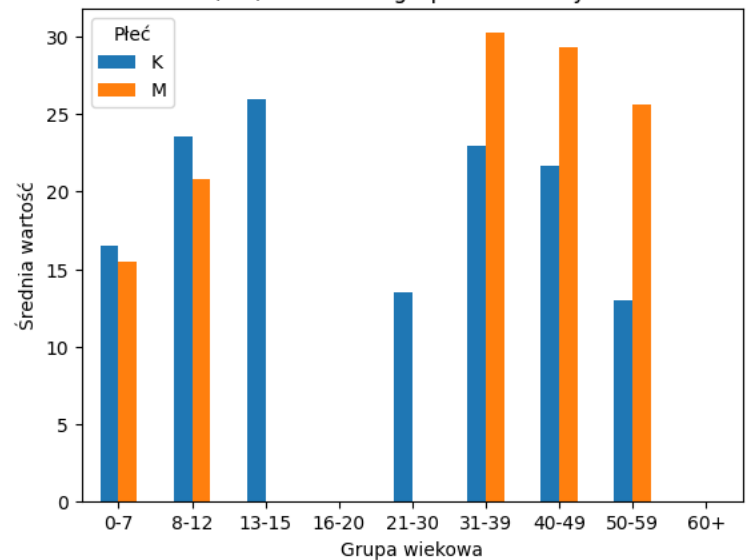


Grupa wiekowa	Siła ramion	Moc (cm)	Gibkość (cm)	Wytrzymałość	Szybkość (s)	Skoczność (m)	Siła brzucha	Czas reakcji	Siła dłoni
0-7 lat	19.33	16.29	8.52	9.78	794.75	1.13	10.95	18.01	9.89
8-12 lat	22.84	24.38	8.60	11.23	19.49	1.58	16.71	28.51	18.17
13-15 lat	20.67	23.36	11.17	8.75	19.38	1.70	17.50	32.12	23.67
16-20 lat	36.00	39.70	9.00	11.00	16.26	2.35	22.00	33.90	32.00
21-30 lat	20.00	22.67	2.67	8.67	19.18	1.59	16.00	35.80	30.67
31-39 lat	22.68	24.87	7.64	9.29	18.99	1.63	13.79	36.65	36.62
40-49 lat	20.93	26.04	6.83	9.27	18.89	1.69	14.89	36.00	34.62
50-59 lat	15.50	27.05	7.00	12.00	17.81	1.78	17.50	43.1	33,79

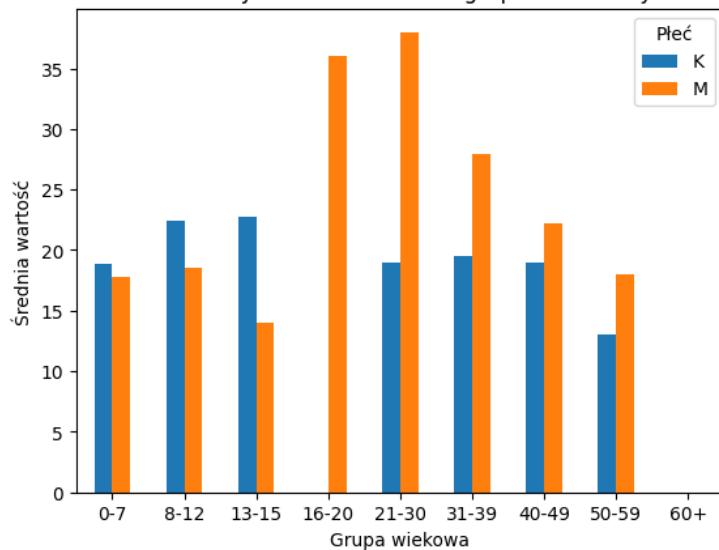
4. Próba wytrzymałości
(s. dynamicznej) - K vs M w grupach wiekowych



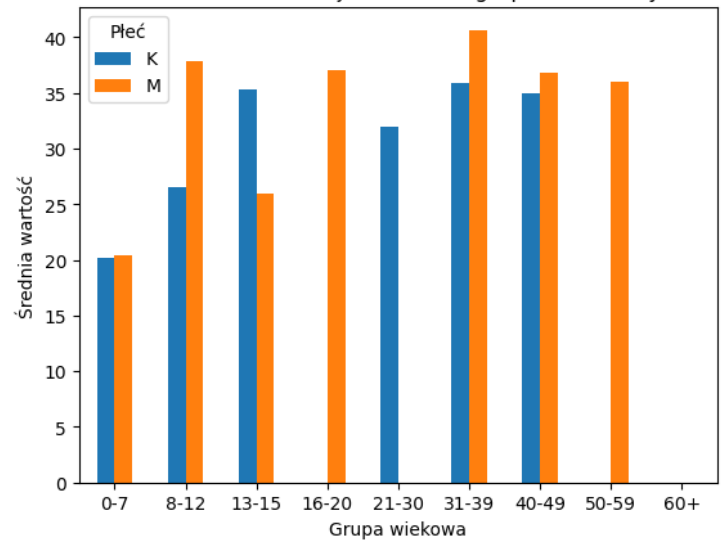
2. Próba mocy
(cm) - K vs M w grupach wiekowych



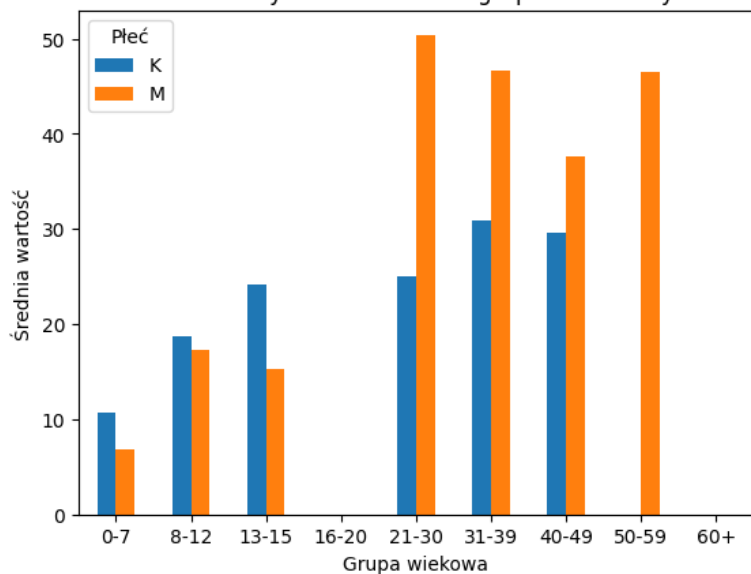
1. Próba siły ramion - K vs M w grupach wiekowych



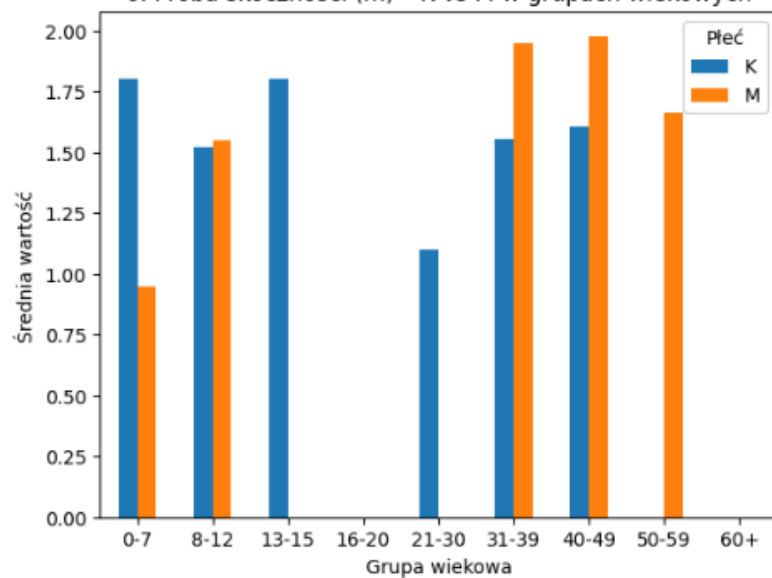
9. Próba czasu reakcji - K vs M w grupach wiekowych



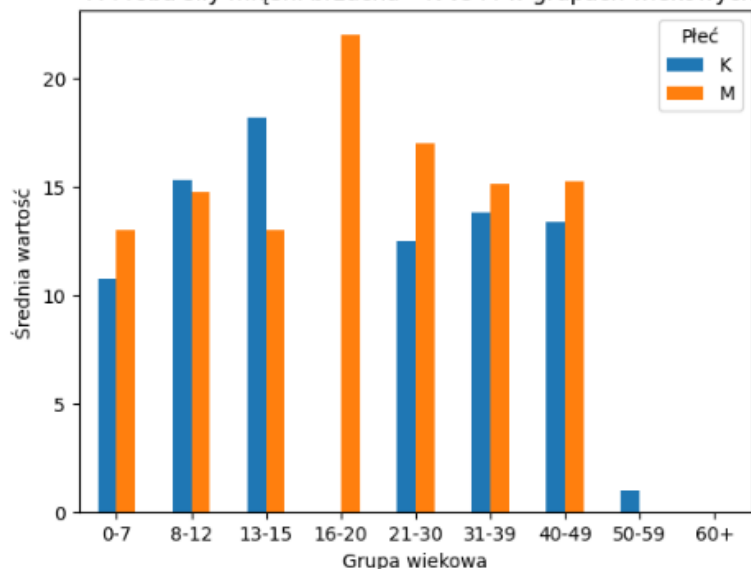
10. Próba siły dłoni - K vs M w grupach wiekowych



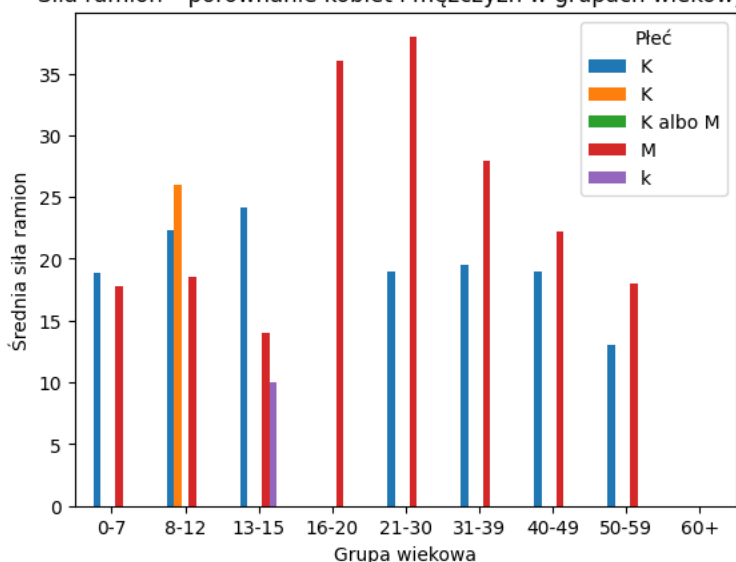
6. Próba skoczności (m) - K vs M w grupach wiekowych



7. Próba siły mięśni brzucha - K vs M w grupach wiekowych



Siła ramion - porównanie kobiet i mężczyzn w grupach wiekowych



WYNIKI TESTÓW - NUMER, PŁEĆ, WIEK, PRÓBY

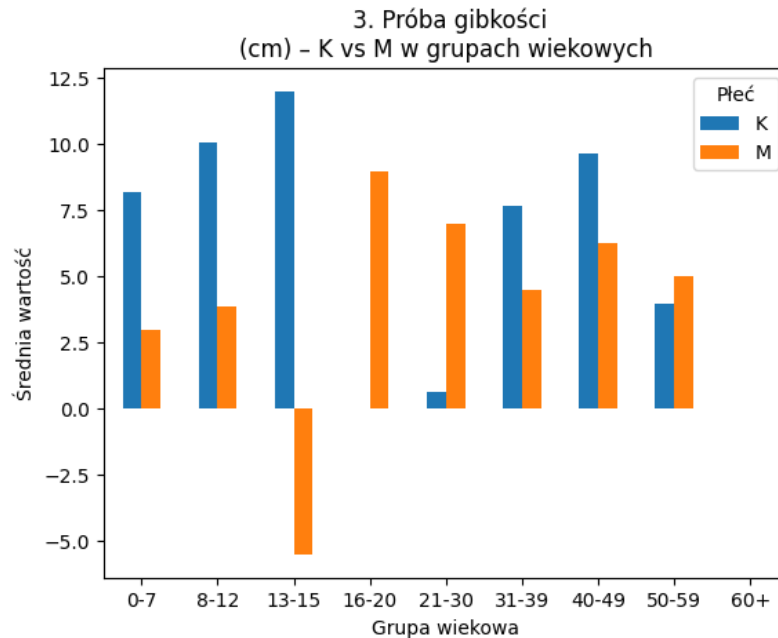
Numer startowy	Płeć	Wiek	1. Próba siły ramion	2. Próba mocy (cm)	3. Próba głębokości (cm)	4. Próba wytrzymałości (s. dynamicznej)	5. Próba szybkości (s)	6. Próba skoczności (m)	7. Próba siły mięśni brzucha	9. Próba czasu reakcji	10. Próba siły dłoni	11. Próba siły dolnych mięśni ciała
LA	K ALBO M	28.0										
HA1	M	39.0	35.0	30.3	6.0	12.0	16.92	2.11	16.0	45.0	59.1	35.0
HA2	K	11.0	26.0	29.4	15.0	13.0	18.0	1.78	21.0	31.0	15.8	42.0
HA3	M	38.0	17.0	30.3	5.0	11.0	18.35	2.21	14.0	41.0	52.6	30.0
HA4	M	5.0	17.0	17.1	8.0	8.0	24.93	1.2	13.0	20.0	7.6	53.0
HA5	M	35.0	23.0	28.0	15.0	9.0	17.2	2.22	14.0		55.9	29.0
HA6	K	6.0	23.0	14.2	13.0	7.5	22.2	1.2	6.0	18.0	7.5	31.0
HA7	M	38.0	25.0	21.0	0.0	7.0	19.5	1.42	13.0		39.0	25.0
HA8	K	11.0	27.0	21.9	10.0	9.0	19.13	1.71	18.0	29.0	17.1	38.0
HA9	K	39.0	22.0	24.4	14.0	8.0	19.21	1.8	16.0	26.0	27.0	26.0
HA10	K		27.0	22.7	15.0	12.0	19.14	1.62	17.0	25.0	14.1	41.0
HA11	K	40.0	30.0	26.6	5.0	12.0	18.46	1.83	22.0	36.0	32.9	39.0
HA12	K	9.0	33.0	21.3	5.0	12.0	19.57	1.67	17.0	24.0	15.7	39.0
HA13	M	35.0										
HA14	M	2.0										
HA15	K	34.0										
HA16	M	2.0										
HA17	K	37.0	16.0	21.5	-2.0	10.0	21.12	1.57	13.0		36.0	23.0
HA18	K	13.0	26.0	26.6	13.0	11.0	16.74	2.03	23.0	40.0	21.0	36.0
HA19	K	8.0	16.0	17.5	13.0	9.0	21.77	1.74	12.0		15.8	45.0
HA20	K	47.0	24.0		9.0	5.0				36.0	29.4	
HA21	K	10.0	26.0	27.5	14.0	12.5	19.6	1.5	17.0		17.1	
HA22	K	5.0	27.0	14.4	-3.0	10.0	25.0	1.22		14.0	8.9	
HA23	K	35.0		24.1	9.0	6.0	20.38	1.54	10.0		24.8	33.0
HA24	K	6.0	13.0	17.8	16.0	10.0	21.49	1.34	11.0		11.67	32.0
HA25	K	34.0	16.0	16.7	8.0	7.5	22.42	1.3	14.0		27.3	32.0
HA26	K	9.0	27.0	28.0	10.0	11.0	20.42	1.48	16.0		12.0	39.0
HA27	M	37.0	36.0	33.9	16.0	11.0	17.03	2.06	15.0		54.5	38.0

HA29	K	42.0										
HA30	K	10.0	20.0	17.1	14.0		20.0	1.37	19.0	31.0		
HA31	M	7.0	26.0	19.0	3.0		20.87	1.02	13.0	20.0		
HA32	K	13.0	24.0	21.1	6.0		18.93	1.38	20.0	35.0		
HA33	M	7.0	22.0	17.7	1.0		20.28	1.16	13.0	20.0		
AG1	K	37.0	25.0		5.0	12.0			19.0	36.0		38.0
AG2	K	8.0	10.0	15.0	7.0	12.0			12.0	19.0		46.0
AG3	K	10.0			12.0	12.0			15.0			40.0
AG4	M	45.0				9.0			19.0			29.0
AG5	K	14.0	23.0		13.0	9.0			18.0			34.0
AG6	K	45.0	13.0		21.0				7.0	34.0		27.0
AG7	K	13.0	33.0		19.0				22.0			35.0
AG8	K	6.0		19.0	4.0	10.0			13.0	17.0	6.5	37.0
AG9	K	41.0			7.0	7.0			12.0	33.0		21.0
AG10	K	14.0	25.0		18.0	12.0			23.0			38.0
AG11	M	48.0	24.0						10.0			33.0
AG12	K	6.0	20.0		17.0	12.0			12.0	32.0		34.0
AG13	K	38.0	21.0		11.0	8.0			9.0	29.0		28.0
AG14	K	9.0	23.0		8.0	11.0			14.0			46.0
AG15	M	46.0	29.0		-3.0	10.0			16.0			44.0
AG16	K	6.0	15.0							15.0		
AG17	M	46.0	29.0							34.0		
AG18	K	11.0	25.0		15.0	11.0			13.0	32.0		33.0
AG19	K	38.0	15.0		-2.0	9.0			12.0	35.0		34.0
AG20	K	9.0			8.0				14.0	29.0		27.0
AG21	K	38.0	18.0		16.0	9.0			12.0	38.0		28.0
AG22	K	8.0	18.0	19.0	9.0	9.0			12.0	24.0		33.0
AG23	K	9.0			9.0	9.0			9.0	23.0		29.0
AG24	M	47.0		19.0	19.0	11.0			10.0	34.0		
AG25	M	4.0								19.0		
AG26	K	10.0	24.0		1.0	12.0			19.0			40.0
AG27	K	38.0	19.0		10.0	11.0			18.0			33.0
AG28	K	4.0	21.0		12.0	12.0			8.0			59.0
EL1	K	6.0	17.0			6.0			8.0	15.0	7.3	30.0
EL2	K	45.0	19.0		10.0	8.0			14.0	32.0	20.7	26.0
EL3	K	9.0	25.0	24.1	6.0	11.0		1.04	14.0	21.0	12.0	43.0
EL4	K	41.0	22.0	17.9	8.0	7.5	19.96		12.0	35.0	27.1	41.0
EL5	K	5.0	15.0	11.2	10.0	8.0	24.27	0.74	12.0	16.0	5.5	27.0
EL6	K	42.0	19.0	25.0	12.0	11.0	19.3	1.64	15.0	33.0	30.7	34.0
EL7	K	6.0		9.9		8.0	25.62	1.07	11.0	17.0	10.6	29.0
EL8	K	37.0		17.9		8.0	21.73	1.39	13.0	35.0	29.9	28.0
EL9	K	8.0	21.0	25.5	7.0		22.64	1.2			13.5	42.0
EL10	M	39.0	27.0	35.1	-2.0			2.06			35.1	32.0
EL11	K	14.0	23.0	27.7	19.0	12.0	17.5	1.86	24.0		22.8	33.0
EL12	M	49.0	20.0	27.8	10.0			1.84	16.0		47.2	31.0
EL13	K	7.0	21.0	20.9	8.0	10.0	23.28	1.11	10.0	15.0	9.4	46.0
EL14	K	43.0		22.1	12.0		24.5	1.33	10.0	31.0	20.0	36.0

EL15	K	12.0	28.0	32.0	14.0	11.0	17.13	1.93	22.0		28.6	41.0
EL16	M	48.0	33.0	31.6	-3.0	10.0	17.92	1.88	17.0		30.1	32.0
EL17	K	38.0	18.0	27.0	10.0	9.0	19.75	1.85	15.0	35.0	29.6	37.0
EL18	K	9.0	16.0	25.4	7.0	9.0	21.38	1.25	14.0	28.0	13.7	37.0
EL19	K	12.0	29.0	31.5	14.0	11.0	17.35	2.12	22.0		28.3	40.0
EL20	K	10.0	21.0	28.5	13.0	10.0	19.53	1.55	20.0	32.0	18.1	39.0
EL21	K	32.0	17.0	24.2	17.0	8.0		1.67	13.0	37.0	31.0	36.0
EL22	K	38.0	12.0		5.0			0.9	10.0		36.6	19.0
EL23	K	7.0	13.0	24.1	7.0	12.0	21.64	1.07	13.0		14.8	42.0
EL24	M	9.0	19.0	23.7		10.0	20.41	1.53	13.0		17.8	39.0
EL25	K	8.0	19.0	19.5	16.0	9.5	22.55	1.44	11.0	20.0	13.3	43.0
EL26	K	10.0	33.0	26.4	14.0	12.0	19.2	1.4	16.0	27.0	19.0	37.0
EL27	K	39.0	26.0	27.4	15.0	10.0	19.13	1.68	14.0	39.0	40.9	34.0
La1	M	43.0	8.0		0.0				14.0	43.0		24.0
LA2	M	9.0	20.0		8.0	11.0			16.0	41.0		31.0
LA3	M	14.0	15.0		-1.0	7.0			12.0	25.0		30.0
LA7	K	42.0	14.0		21.0				17.0	35.0	20.9	30.0
LA8	M	16.0	36.0		9.0	11.0			22.0	37.0		32.0
LA9	K	34.0	24.0		7.0	11.0			17.0			37.0
LA10	K	5.0	20.0		10.0			9.0				60.0
LA11	K	38.0	16.0		9.0	8.0			10.0	37.0		34.0
LA12	K		14.0	16.0	-6.0	9.0			11.0	21.0		36.0
LA13	M	41.0	25.0	40.0	2.0	11.0			17.0	41.0		39.0
AD1	K	5.0	14.0		10.0	8.0			6.0			28.0
AD2	K	33.0	21.0		13.0	8.0			11.0			32.0
AD5	M	10.0	14.0		4.0	10.0			13.0	95.0	16.8	29.0
AD6	M	37.0	19.0		1.0	9.0			14.0	46.0	46.8	29.0
AD7	K	6.0	17.0		4.0	10.0			11.0	19.0		27.0
AD8	K	27.0	20.0		6.0	8.0			13.0	31.0	26.2	26.0
AD10	K	7.0	26.0		3.0	9.0			11.0	25.0		35.0
AD11	K	48.0	24.0		-2.0	9.0			9.0	44.0	59.0	39.0
AD12	K	8.0	20.0		12.0	10.0			13.0			33.0
AD13	K	34.0	20.0		9.0	9.0			16.0			32.0
AD14	K	37.0	21.0		-8.0	8.0			16.0	45.0	26.1	32.0
AD15	K	5.0	19.0		1.0	10.0	23235.0		11.0	17.0		40.0
AD16	K	7.0	23.0		0.0	11.0			15.0	21.0	11.0	35.0
AD17	M	38.0										
JU1	M	35.0	35.0		3.0	11.0			17.0			36.0
JU2	K	9.0	23.0		6.0	10.0			15.0	30.0		34.0
JU3	K	7.0	23.0		17.0	12.0			13.0	20.0		40.0
JU4	M	35.0	35.0		3.0	8.0			20.0	42.0		
JU5	K	35.0	12.0	20.0	11.0				13.0	37.0		33.0
JU6	K	5.0	16.0		4.0	9.0			10.0	27.0		31.0
JU7	M	8.0	25.0		-4.0	11.0			10.0	26.0		29.0
JU8	K	35.0	13.0		11.0	8.0			9.0	43.0		32.0
JU9	K	8.0	13.0		18.0	7.0			13.0	23.0		43.0
JU10	K	39.0	25.0		11.0	8.0			9.0	37.0	30.0	32.0
JU11	K	9.0	26.0		11.0				12.0	24.0		41.0

JU12	K	41.0		19.0	-2.0	8.0			10.0		28.6	30.0
JU13	K	8.0	20.0		4.0				12.0			43.0
JU14	K	47.0	19.0		19.0	11.0			18.0			39.0
JU15	K	14.0	20.0		11.0				8.0			38.0
JU16	K	57.0	13.0	13.0	4.0	5.0			1.0			30.0
JU17	K	14.0	23.0		18.0	11.0			19.0		23.0	37.0
AL1	K	36.0	23.0		6.0	10.0						30.0
AL2	K	8.0	18.0		8.0	11.0			8.0		10.0	34.0
AL3	K	11.0	27.0		17.0	13.0			16.0	32.0		47.0
AL4	K	37.0			5.0	8.0			18.0	42.0		32.0
AL5	K	8.0	27.0		11.0	10.0			16.0	23.0		39.0
AL6	K	41.0	18.0		1.0	6.0			11.0	34.0		27.0
AL7	K	6.0	21.0		8.0	13.0			12.0	19.0		30.0
MA1	K	71.0										
MA2	M	12.0	20.0		4.0	11.5			23.0	21.0	20.7	41.0
MA3	K	49.0	9.0		10.0				11.0	35.0		20.0
MA4	M	50.0					21.0		13.0	34.0		
MA5	M	13.0	13.0		-10.0	9.0			14.0	27.0	15.3	30.0
MA6	M	10.0			5.0					35.0	23.0	
MA7	M	31.0	28.0		-15.0	10.0			13.0	34.0		
MA8	K	7.0	19.0		6.0	10.0			13.0	21.0		44.0
MA9	K	8.0		10.0	0.0					32.0		21.0
MA10	K	35.0	21.0		4.0	9.0				21.0		26.0
MA11	K	40.0	18.0		-1.0	8.0			10.0	35.0		33.0
MA12	K	6.0	19.0	19.0	3.0	8.0			9.0	21.0		31.0
MA13	M	43.0	22.0		13.0	12.0			17.0		36.0	
MA14	K	10.0	22.0		8.0	10.0			17.0		36.0	
KI1	K	40.0	23.0		12.0	12.0			17.0		34.0	
KI2	NAN		29.0		11.0	9.0	19.04		16.0	30.0		42.0
KL3	K	38.0										
KL4	NAN											
KI5	K	35.0	19.0		5.0	10.0			14.0	28.0		36.0
KI6	K	9.0	24.0		8.0	10.0			13.0	36.0		36.0
KI7	M	40.0	9.0		-16.0	7.0			15.0			25.0
KI8	K	5.0									5.0	31.0
KI9	M	45.0	22.0		6.0	3.0			14.0	35.0	41.0	31.0
K10	K		20.0	14.3	3.0	9.0		1.0	8.0	21.0		39.0
KI11	M	29.0	38.0		7.0				17.0		50.4	33.0
KI12	M	8.0	11.0	12.0	4.0				14.0	25.0	13.9	41.0
KI13	K	5.0	12.0	17.7	7.0			1.68	7.0	37.0	31.8	33.0
KI14	K	48.0	22.0		9.0	9.0		1.8	22.0		32.8	31.0
KI15	K	13.0	10.0		-4.0	8.0			9.0	31.0		27.0
KI16	K	31.0								36.0		
KI17	K								9.0			
KI18	K	48.0	24.0		10.0	9.0			16.0			41.0
Ki19	K	8.0	26.0		10.0	12.0			16.0	23.0		42.0

KI20	K		30.0		14.0	11.0			22.0			35.0
KI21	K	34.0	7.0		6.0	9.0			11.0	40.0		31.0
WE5	M	42.0	19.0		2.0	20.0			12.0			
WE1	M	44.0	11.0		15.0	9.0						
KI22	K	9.0	18.0		11.0	10.0			14.0	29.0	13.0	36.0
KL23	NAN											
KI24	M	39.0	33.0	31.0	8.0	10.0				41.0		40.0
WE2	K		24.0		5.0				16.0		17.0	
KI25	K	10.0	24.0		13.0	13.0			27.0	31.0		42.0
WE4	K	36.0	27.0		3.0	10.0			17.0	43.0		32.0
KI26	K	7.0	17.0		10.0	10.0			10.0	19.0	11.2	58.0
WE3	K	8.0	23.0		8.0	10.0			12.0	20.0		35.0
KI27	K	38.0	21.0		14.0	10.0			15.0	35.0	26.5	35.0
WE6	K	7.0	20.0		17.0	11.0			13.0			56.0
KI28	K	5.0	17.0		8.0			1.0	10.0	18.0	10.0	35.0
WE8	K	9.0	20.0		11.0	10.0			13.0		10.0	25.0
KI29	K	22.0	19.0		3.0	9.0				35.0		35.0
WE9	K	12.0	23.0		12.0				15.0			25.0
KI	K	10.0	20.0		3.0	9.0		1.01		26.0		40.0
WE7	M	39.0	30.0		9.0	11.0			15.0			39.0
OL16	K	42.0	20.0	19.6	10.0	10.0	18.23	1.66	15.0		25.9	36.0
OL14	M	35.0	37.0	29.8	13.0	11.0	17.51	1.71	18.0	40.0	45.3	30.0
OL11	K	43.0		26.3	9.0	10.0		1.59	15.0	37.0	30.4	
OL8	M	40.0	33.0	37.6	11.0	12.0	16.9	2.2		38.0	44.7	36.0
OL6	K	30.0	18.0	13.5	-7.0	6.0	22.75	1.1	12.0	30.0	23.9	27.0
OL4	M	47.0	25.0	28.4	8.0	11.0	16.12	2.21	23.0		34.0	34.0
OL3	K	13.0	20.0	28.4	7.0	12.0	17.04	1.94	16.0		29.7	37.0
OL5	K	8.0	23.0	18.5	9.0	11.0	22.66	1.1	13.0	20.0	7.6	24.0
OL7	K	9.0	17.0	21.9	3.0	9.5	19.94	1.55	13.0	25.0	10.1	44.0
OL9	M	11.0	12.0	30.5	1.0	11.0	18.49	1.71	15.0	35.0	19.4	35.0
OL10	K	10.0	16.0	25.9	15.0	12.0	19.28	1.37	16.0	25.0	15.1	47.0
OL15	M	9.0	27.0	17.1	9.0	13.0	22.18	1.4	14.0	25.0	9.4	43.0
OL13	K	5.0	19.0	16.5	9.0	8.0	24.02	1.16	13.0	23.0	9.1	45.0
IG5	M	40.0	26.0	29.0	-5.0	10.0	17.92	1.87	13.0	39.0	50.7	31.0
IG7	M	37.0	20.0	23.5	13.0	11.0	20.65	1.54	16.0		17.7	37.0
IG3	M	38.0	34.0	34.2	16.0	11.0	18.2	2.02	14.0		58.3	36.0
IG1	M	56.0	18.0	25.6	5.0		17.89	1.66		36.0	46.5	32.0
IG2	M	4.0	6.0	8.0	0.0			0.4		23.0	6.0	
IG4	K	11.0	27.0	28.0	11.0	11.0	18.63	1.68	17.0		20.1	41.0
IG6	K	5.0	23.0	13.8	12.0	12.0	26.28	1.02		17.0		29.0
IG8	K	9.0	19.0	29.0	13.0	11.0	16.65	2.03	19.0		69.6	29.0



Podsumowanie opisowe wyników testów sprawnościowych

Badanie sprawności fizycznej objęło **bardzo szeroką i zróżnicowaną grupę uczestników**, zarówno pod względem wieku, jak i płci. Dzięki temu uzyskane wyniki pozwalają na realną ocenę poziomu sprawności w ujęciu **międzypokoleniowym i integracyjnym**, a nie wyłącznie sportowym.

Statystyki wieku

- **Najmłodszy uczestnik:** 2 lata
- **Najstarszy uczestnik:** 71 lat
- **Średni wiek badanych:** ok. 22 lata

Tak duża rozpiętość wiekowa jednoznacznie potwierdza, że testy miały charakter **powszechny i inkluzywny**, obejmując dzieci, młodzież, dorosłych oraz osoby starsze.

Ogólne obserwacje wyników

Zależność wyników od wieku

Analiza wyników jasno pokazuje, że **wiek ma kluczowe znaczenie dla profilu sprawności**:

- **Dzieci (0–7 oraz 8–12 lat)**
 - charakteryzują się **dobrą szybkością reakcji i naturalną gibkością**,
 - niższe wartości siły są naturalne i wynikają z etapu rozwoju fizycznego,
 - testy mają dla tej grupy głównie znaczenie **diagnostyczne i motywacyjne**.
- **Młodzież (13–15 oraz 16–20 lat)**
 - widoczny jest **dynamiczny wzrost siły, mocy i wytrzymałości**,
 - to okres największych zmian – różnice indywidualne są bardzo duże,
 - wyniki pokazują, jak istotne znaczenie ma **regularna aktywność fizyczna** w tym wieku.
- **Dorośli (21–39 lat)**
 - osiągają **najwyższe średnie wyniki w testach siłowych i mocy**,
 - najlepsza kombinacja siły, szybkości i kontroli ciała,
 - jest to wiek największego potencjału fizycznego.
- **Osoby 40+**
 - widoczny jest **stopniowy spadek szybkości i mocy**,
 - jednocześnie u wielu uczestników utrzymuje się **dobra wytrzymałość i stabilność**,

- o osoby aktywne fizycznie wyraźnie odstają pozytywnie od średniej swojej grupy wiekowej.

- o

Różnice ze względu na płeć

- **Mężczyźni**

- o osiągają wyższe średnie wyniki w testach **siły ramion, siły dłoni, mocy oraz skoczności**,
- o różnice te są szczególnie widoczne od wieku młodzieżowego wzwyż.

- **Kobiety**

- o kobiety często wypadają korzystniej w testach gibkości, równowagi i czasu reakcji,
- o różnice w wytrzymałości są znacznie mniejsze, a w niektórych grupach wiekowych wręcz minimalne.

Co istotne, **różnice płciowe są wyraźnie mniejsze w młodszych grupach wiekowych**, a zwiększają się wraz z wiekiem, co jest zgodne z fizjologicznym rozwojem organizmu.

Ciekawe i istotne wnioski

- Aktywność fizyczna ma **większy wpływ na wyniki niż sam wiek metrykalny** – osoby regularnie ćwiczące osiągały wyniki wyraźnie lepsze od rówieśników.
- Testy potwierdziły, że **sprawność można rozwijać i utrzymywać w każdym wieku**.
- Wysoka frekwencja i pełne spektrum wiekowe pokazują **duże zapotrzebowanie społeczne na tego typu działania**.

- Badanie spełniało jednocześnie funkcję:
 - diagnostyczną,
 - edukacyjną,
 - motywacyjną,
 - integracyjną.

Podsumowanie końcowe

*Przeprowadzone testy dostarczyły **wartościowych danych o kondycji fizycznej uczestników**, potwierdzając zasadność organizacji działań sportowych o charakterze **otwartym, międzypokoleniowym i integracyjnym**. Uzyskane wyniki mogą stanowić **punkt odniesienia do dalszych działań szkoleniowych, profilaktycznych i promujących aktywność fizyczną**.*



Dofinansowano ze środków budżetu państwa, których dysponentem jest Minister Sportu i Turystyki.