

## „Europejskie zgrupowanie badmintonistek” [1]



Uczennica naszej szkoły i zarazem reprezentantka Kadry Wojewódzkiej Natalia Śrama wzięła udział w jesiennym zgrupowaniu badmintonistek w ramach międzynarodowego projektu „Go Girl!”, które odbyło się w dniach od 1 do 3 listopada w miejscowości Kaiserslautern w Elitarnej Szkole Sportowej, gdzie obecnie trenują niemieckie zawodniczki kadry narodowej – Emma Moszczynski i Jule Petrikowski. Projekt ma na celu podniesienie poziomu wyszkolenia wśród dziewcząt trenujących badminton, jak również promowanie aktywności fizycznej i zdrowego trybu życia. Podczas zgrupowania zawodniczki uczestniczyły w treningu mentalnym, poruszane też były zagadnienia radzenia sobie z emocjami i stresem podczas zawodów oraz ćwiczyły zmianę negatywnego myślenia podczas gry na pozytywne samomotywowanie się. Ponadto uczestnicząc w zgrupowaniu, miały szansę wymienić się doświadczeniami z rówieśniczkami różnych państw europejskich. W osiągnięciu zamierzonych celów pomagały dziewczętom trenerki: Oliwia Zimniewska i Marlena Szkudlarczyk oraz niemieckie zawodniczki Christina Moßmann, która ukończyła SMS w Kaiserslautern oraz Chiara Marino, uczennica tej szkoły. Wyjazd oprócz realizacji sportowych celów był dla Natalii nowym doświadczeniem, możliwością poznania niemieckiej kultury oraz okazją do komunikacji w języku angielskim i niemieckim. Wszyscy trzymamy kciuki i życzymy jej sukcesów w nowym sezonie badmintonowym.

**Source URL:**

<https://spskalmierzyce.noweskalmierzyce.pl/pl/news/%E2%80%99Europejskie-zgrupowanie-badmintonistek%E2%80%99D>

**Links:**

[1] <https://spskalmierzyce.noweskalmierzyce.pl/pl/news/%E2%80%99Europejskie-zgrupowanie-badmintonistek%E2%80%99D>