

## Műegyetem Rakparton ismét Mozcás Éjszakája!

A **Mozcás Éjszakája** a legnagyobb ingyenes szabadidősport rendezvény Budapesten. Az esemény célja a rendszeres fizikai aktivitás, a szabadidősport népszerűsítése. A 16 sportágot felvonultató egész éjszakás rendezvény arra hívja fel a figyelmet, hogy a rendszeres mozgás a testnek és a léleknek is jót tesz, általa nemcsak fittebbek leszünk, hanem egy igazi közösségi élmény részeseivé is válhatunk.

A Mozcás Éjszakájának célcsoportja az aktív szabadidősportolók, valamint a rendszertelenül vagy egyáltalán nem mozgó fiatal felnőttek és az idősebb korúak.

Az eseményen a **részvétel ingyenes**, de a regisztráció ajánlott.

**Az esemény keretében a Budapesti Szabadidősport Szövetség a NORDIC WALKING esemény szervezője. Szakképzett oktatókkal lehet ismerkedni a sportággal. Nem kell botot sem hozni, mi biztosítjuk a résztvevőknek!**

----- \* \* \* -----

### **további programok**

- 21.00- 21.15 Megnyitó – Műegyetem Rakpart, Nagyszínpad
- 21.15 – 22.45 Zumba – Műegyetem Rakpart, Nagyszínpad
- 21.15 Futás rajt (3 km, rövid táv) – Pázmány Péter sétány, Rákóczi-híd feljáró
- 21.15 – 04.00. Asztalitenisz – BME Sportközpont
- 21.15 – 04.00. Utcai Fitness– Pázmány Péter sétány
- 21.15 – 04.00. Tollaslabda – Műegyetem rakpart
- 21.15 – 04.00. Nordic Walking - Egyetemisták Parkja**
- 21.15 – 04.00. Jóga - Petőfi híd lábánál lévő park
- 21.15 – 04.00. Korfball – Pázmány Péter sétány
- 21.15 – 04.00. Teqball - Egyetemisták Parkja
- 21.15 – 04.00. Street workout - Goldmann György tér Street Workout Park
- 21.15 – 04.00. Lábtoll-labda - Műegyetem rakpart
- 21.15 – 04.00. Harcművészet - Egyetemisták Parkja
- 21.15 – 04.00. Amerikai foci - Pázmány Péter sétány füves terület
- 21.15 – 04.00. Sárkányhajózás – Lágymányosi-öböl
- 21.45 Futás rajt (11 km, hosszú táv) – Pázmány Péter sétány, Rákóczi-híd feljáró
- 22.00 Futás rajt (7 km, hosszú táv) – Pázmány Péter sétány, Rákóczi-híd feljáró
- 22.45- 04.00. Salsa show, utcabál - Műegyetem Rakpart, Nagyszínpad
- 24.00 Kerékpár rajt – Budai alsó rakpart (A38-as hajó magassága)

----- \* \* \* -----

A Mozcás Éjszakája 2014-ben került először megrendezésre, 2015-ben már megközelítőleg 20 ezren vettek részt rajta, 2016-ban elmaradt. 2017-ben a sikeres koncepció Olimpia Éjszakája néven újra életre kelt.