

Dr. Havva Bilgin Türedi

havvaturesdi@yahoo.com.tr

Onuncu Yıl Turnuvası

İlimizde tenisin gelişmesi, 1999 yılında İzmit Tenis Kulübü'nün kurulmasıyla başlamıştır. Daha önce kamu kuruluşlarının sosyal tesislerinde oynanan bu sporun halka açılması, geç olmakla birlikte, güç olmamıştır. Bu sporu tanıyan birçok kişi arkadaşını, eşini, çocuğunu, komşusunu, bu sporla tanıştırmak, güzel bir tenis ailesi oluşturmuştur. Bu mükemmel sporla birçok kişinin tanışmasında, emeği olan herkesin ellerine sağlık...

İlimizde depremle anılan bu yılın, tenisin doğum günü olması ilginç olduğu kadar anlamlıdır da... Yaralarını, acılarını tenisle unutabilirsin der gibi... Bu sürenin başarılı bir şekilde geçmesinde emeği olan kulüp yöneticileri, onuncu yıl anısına, çok özel bir turnuva düzenleyerek ilimizde tenisin onuncu yılını, kutlamaya hazırlanıyorlar. Siz tenis severleri bu turnuvaya davet ediyorum...

Tenisi diğer sporlardan ayıran en önemli özelliği, geç uzmanlaşma istemesidir. Bu sporla tanışan bir kişinin başarıya ulaşması ve başarıda kalması için on yıl gibi bir süre geçmesi gerekmektedir. Zor bir spor olan teniste kısa sürede başarı yakalayanlarda ise, başarı da kısa sürelidir. Bu yönden bakıldığında da on yıl anlamlıdır. Artık on yılını tamamlayan tenisçilerimiz il dışında, ülke dışında başarılar aramaya başlamışlardır.

Tenisi sadece topa vurmaktan ibaret olan bir spor olarak düşünüyorsanız, tenisin en önemli özelliğinin, kendi kültüründe yattığını anlatmalıyım. İçinde çok derin, ömür boyu mutlu yaşamının felsefesini barındıran, evrensel kuralları ile günlük yaşamın formülünü veren, bu mükemmel spor aynı zamanda;

- Tüm kaslarınızı koordineli çalıştırır, vücudunuzu güzelleştirir.
- Tenis oynayıp eğlenirken, formda kalırsınız.
- Tenis oynarken her türlü sorunlarınızı unuttur, mutlu olursunuz.
- Zorluklarla baş etmede daha da dayanıklı ve güçlü olursunuz.
- Tenis, özgüveninizi geliştirir, okulda ya da işinizde başarınız artar.
- Kondisyonunuzun arttığını görüp, artık yorgunluk nedir bilmezsiniz.
- Sigara ve alkol gibi kötü alışkanlıklardan kurtulmak için fırsattır.
- Diyabet, obezite, yüksek tansiyon ya da kolesterol tedavinize yardımcı olur.
- Rahat uyursunuz. Kaliteli uyku seviyeniz artar.
- Çocuklarınızla birlikte yapabileceğiniz spordur.
- Çocuklarınızın büyüme ve gelişmesine yardımcı olur
- Esneklik ve hareketliliğiniz artar.
- Yaşlandığınız halde genç kalmak, genç görünmek istiyorsanız...
- Saymakla bitmeyecek birçok neden için, 5 yaşından 95 yaşına kadar herkesle, tenisin onuncu yılında, birlikte olmak dileğiyle...