

HoGent Doen!

PERSBERICHT
Gent, 3 juni 2014

Free Your Mind

Studentenraad en sportdienst HoGent organiseren beweging tijdens de blok



Tijdens de blok- en examenperiode is het belangrijk om de ledematen eens te strekken. De studentenraad en de sportdienst van de HoGent zorgen er samen voor dat de blokkende studenten elke dag een half uurtje kunnen ontspannen. Het blokken gaat daarna twee keer zo snel.

“Lang studeren aan één stuk door is niet goed voor de concentratie. Kort bewegen en ontspannen in de buitenlucht is ideaal om dat concentratieverlies tegen te gaan”, vertelt Timothy Segers van de HoGent Studentenraad. “Het is de bedoeling dat studenten die hele dagen op de campus studeren ook de kans krijgen om zich eens te ontspannen. Zo komen de blokkende studenten toch nog eens buiten zonder dat ze andere kleren hoeven aan te trekken of zonder dat ze achteraf zweetend weer achter de boeken moeten kruipen.”

“Op deze manier kunnen we ook de studentenraad op een leuke manier promoten”, vervolgt Yelien Parewyck van de HoGent Studentenraad. “De studentenraad behartigt niet alleen de belangen van de studenten op alle bestuursniveaus van de HoGent maar zorgt met dit initiatief ook voor het welzijn van de studenten, vooral tijdens deze stresserende weken.”

Jan Desmet van de sportdienst leidt alles in goede banen: “Het is de bedoeling dat studenten die hele dagen op de campus studeren ook de kans krijgen om zich eens te ontspannen. Op het programma staan lichte activiteiten zoals een potje voetbal, frisbeeën, balspelletjes, hoelahoep, baseball, lacrosse, kubb, ... Wat er wordt gegeven, kan je volgen op de Facebookgroep Free your mind HoGent.”

Praktisch

Free Your Mind

Van maandag 26 mei tot en met vrijdag 13 juni

Dagelijks van 14.30 uur tot 15 uur