

KLUB Brydżowy

Prowadzący: Sędzia regionalny, instruktor z licencją PZBS,

Mistrz krajowy WK=5 – Jerzy Bejma

Każde zajęcia będą składały się z 1h wykładu/omówienia i 2h praktyki/rozgrywki.

Planowane są dwie grupy.

Semestr zimowy 2026/2027

Program

- nauka gry, zapoznanie z formami brydża towarzyskiego i sportowego,
- poznanie zasad i strategii licytacji i rozgrywek,
- ćwiczenia/trening poznanych technik licytacji i rozgrywek
- przedstawienie zasad uczestnictwa w turniejach brydżowych

- przypomnienie i utrwalenie zasad licytacji,
- przypomnienie i utrwalenie zasad rozgrywki
- ćwiczenia/trening poznanych technik licytacji i rozgrywek
- organizacja zawodów brydża sportowego w formie turniejów par.

Dlaczego warto zacząć nauka i grać w brydża:

- gra w brydża stymuluje obie półkule mózgowe, wspomaga funkcje poznawcze takie jak pamięć, koncentracja, logiczne myślenie.
- jest swoistym treningiem dla mózgu, podczas gry włączamy myślenie strategiczne, analizujemy sytuację i szukamy najlepszych rozwiązań w rozegraniu danego rozdania/układu kart.
- brydż jest grą zespołową, która uczy współpracy, pozwala spotkać ciekawych ludzi, nawiązać nowe znajomości.

W ostatnich latach, prowadzonych jest szereg badań weryfikujących wpływ gry w brydża. Prof. Marian Cleeves Diamond wykazała, że gra w brydża zmniejsza ryzyko zachorowania na chorobę Alzheimera aż o 75%!

Chcesz długo cieszyć się dobrą pamięcią? Zaczynij grać w brydża!

Nigdy nie jest za późno na naukę.