

I MARSZ PO ZDROWIE z Nordic Walking

Stowarzyszenie Turystyczne Kaszuby organizuje **I MARSZ PO ZDROWIE Z NORDIC WALKING** w ramach projektu "Marsz po zdrowie z Nordic Walking - propagowanie aktywnego stylu życia na Kaszubach". Impreza odbędzie się **5 października 2008 roku w Ostrzycach na terenie pensjonatu "U Stolema" ul. Droga Kaszubska 8a.**

Marsz połączony zostanie z otwarciem oznakowanych tras Nordic Walking w Ostrzycach.

Wszystkich chętnych do udziału w marszu nie posiadających kijów do Nordic Walking prosimy o zgłaszanie chęci uczestnictwa w imprezie do dnia 2 października 2008 roku pod numerem tel. 058-685-32-30 w godzinach 8.00-15.00, bądź mailem na adres: **beataw@kaszuby.com.pl**

Program :

- 12.30 - 14.00 - Rejestracja uczestników
- 13.00 -14.00 - Konferencja podsumowująca projekt
- 14.00 -14.30 - Instruktaż techniki Nordic Walking i rozgrzewka przed marszem
- 14.40 - 15.00 - Przejazd bryczkami do Rąt
- 15.00 - 16.00 - Marsz z kijkami
- od 16.00 - Piknik przy ognisku (rozstrzygnięcie konkursu i losowanie nagród)

Zapraszamy wszystkich w strojach sportowych

Organizatorzy zapewniają w trakcie imprezy:

- kije dla uczestników marszu
- obsługę medyczną
- kadrę instruktorską
- wodę, batony w trakcie marszu
- poczęstunek podczas pikniku

ORAZ DOBRĄ ZABAWĘ

Informujemy chętnych do udziału w marszu o obowiązkowym podpisaniu poniższego oświadczenia. Oświadczenie będzie wydawane uczestnikom podczas imprezy.

OŚWIADCZENIE

Ja niżej podpisany oświadczam, iż nie istnieją przeciwwskazania medyczne, do udziału w marszu Nordic Walking organizowanym przez Stowarzyszenie Turystyczne Kaszuby. Jednocześnie zobowiązuje się we własnym zakresie posiadać wykupione indywidualne ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków na czas trwania imprezy.

Projekt "Marsz po zdrowie z Nordic Walking -propagowanie aktywnego stylu życia na Kaszubach" współfinansowany jest ze środków Unii Europejskiej w ramach Programu Środki Przejściowe PL2005/017-488.01.01.01