



11-06-2018

Były czasy, gdy ogień był ziemią, ziemia wodą, a woda powietrzem. Świat był jednością. Stał w miejscu, bez kierunków, bez dalekich planów, za to towarzyszył mu pokój i błoga stagnacja... Tak zaczyna się fabuła, która towarzyszyć będzie Koronie Zachodu Polski - Marsz brzegiem Warty nordic walking.

Spodziewajcie się intensywnej zabawy, rywalizacji na wielu poziomach i transparentnych zasad sędziowania.

Trasa zostanie przeprowadzona malowniczymi, nadwarciańskimi trasami. Na wszystkich zawodników czekać będzie przepyszna grochówka, przepiękny pamiątkowy medal, wyjątkowe trofea dla najlepszych czy zdobywców zielonych kartek, gra terenowa dla drużyny, rodziny i osób indywidualnych. Punkty zdobyte w

rywalizacji dołączone będą do rywalizacji drużyn.

Dodatkowo najmocniejszy zespół otrzyma miano zdobywcy miasta, a jego flaga będzie powiewać na mapie Korony do kolejnego oblężenia. Dodatkowo podczas zmagania na trasie wyłonimy najlepszą rodzinę - koniecznie zabierz ze sobą pociechy!

Dzięki udziałowi w wydarzeniu wesprzemy lokalnie potrzebujące osoby z Fundacji „Serce na Dłoni”. Na zakończenie, punkty zdobyte podczas rywalizacji (według nowego rankingu MTB) pomogą porównać swoją formę z innymi w ogólnopolskim rankingu rozgrywanego w ramach Korony - Pucharu Polski w Nordic Walking, czy biegu przełajowym.

Podczas całego dnia nasi profesjonalni sędziowie Nordic Walking Poland będą do Państwa dyspozycji. Chętnie pomogą i podpowiedzą ćwiczenia, które pomogą skorygować i dopracować technikę do ideału. To będzie niezwykle koncertowy i aktywny dzień z Koroną!

Każdy z uczestników otrzyma: przepyszny smakołyk od Powiatowego Ośrodka Wsparcia „Razem Rażniej” w Skwierzynie, pamiątkowy numer startowy, posiłek regeneracyjny, wodę mineralną, możliwość uczestnictwa w grze terenowej, integracyjny grill, pamiątkowy medal okolicznościowy, gadżet od organizatora.

Program:

9:00 - 10:30 biuro zawodów

9:00 - 14:00 animacja czasu wolnego dla dzieci i dorosłych (gra terenowa), oraz inne atrakcje

10:00 - 10:45 - odprawa sędziowska

11:00 - rozgrzewka

11:00 - od razu po rozgrzewce starty na poszczególnych dystansach

- krótka pętla: 5,1 km

- długa pętla: 10,2 km

12:30 - zumba

13:30 - starty dzieci na dystansie około 200m

13:30 - fotobudka + zdjęcia drużyn

14:00 - dekoracja zawodników

15:30 - oficjalne zakończenie

- [Udostępnij: Facebook](#)
- [Udostępnij: X](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[Wszystkie aktualności](#)