



**NORDIC
WALKING**

EXTREME NORDIC WALKING MARATON 2014

aneb
mami, tati, pojd' me se projít...

V rámci PROJEKTU NÁRODNÍ SPOLUPRÁCE „S NORDIC WALKING HOLÍ VYDEJ SE DO OKOLÍ“ Vás srdečně zveme na sportovně zábavný den.

KDY: 20. 9. 2014 | KDE: areál hotelu Sola Gratia, Bystřice pod Hostýnem – Lázně

Program pro závodníky:

- 6.30 - registrace závodníků
- 8.00 - start Extreme NW maratonu (52 km)**
- 9.00 - start ½ maratonu (21 km)**
- 10.00 - malý rodinný okruh s lektorem pro všechny (4 km)
- 14.00 - malý rodinný okruh s lektorem pro všechny (4 km)
- 15.00 - vyhlášení výsledků ½ maratonu**
- 19.00 - vyhlášení výsledků Extreme NW maratonu**

Program pro návštěvníky zdarma:

- 10.00 - kondiční cvičení s Luckou
- 11.00 - ukázka techniky a možnost hry v Disk golf parku
- 13.00 - kondiční cvičení s Luckou
- 14.00 - **3M aneb Minishow s Martou a Mišou**
(paní učitelky z MŠ Loukov)
- 15.00 - Hrajeme si s Knoflíkem** (90 min. zábavy s RC Knoflík)

Celodenní doprovodný program zdarma:

- Nordic walkig live, o.s. - ukázka a výuka správné techniky NW chůze
- Stanoviště s možností měření hodnot cholesterolu, krevního tlaku, glykemie a složení těla
- Ukázka různých masážních stylů
- WELLNESS centrum
- Regionální jarmark lidových řemesel a produktů
- TOM PAWNEE – lanové minicentrum
- 3D Lukostřelba
- Tvořivá dílnička pro děti – ZŠ Kateřinice
- Skákací hrad, opékání špekáčků
- Prodej výrobků klientů DZP Javorník, Chvalčov
- Půjčování profi NW holí



Občerstvení zajištěno :)



Podpořeno z projektu spolupráce "S NORDIC WALKING HOLÍ VYDEJ SE DO OKOLÍ"



Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova: Evropa investuje do venkovských oblastí



PDS geo s.r.o.



www.nwmaraton.cz
www.mas-podhostynska.cz
www.masstrednivsetinsko.cz

