

## Puchar Polski Nordic Walking

### Puchar Polski Nordic Walking

11 czerwca na stadionie sportowym przy ul. Wolskiej 2 w Kolbuszowej odbędzie się Puchar Polski Nordic Walking.

Zawodnicy będą mieli okazję zmierzyć się na dystansach 5, 10 i półmaratonu.

W zawodach może wziąć udział każdy, bez względu na kondycję fizyczną i wiek. Wszyscy, którzy nie posiadają kijków, ale chcą spróbować swoich sił w Pucharze, będą mogli wypożyczyć odpowiedni sprzęt przed zawodami.

W ramach imprezy powstanie miasteczko aktywnego stylu życia oraz punkt zabaw dla dzieci. Na jego terenie będzie można, sprawdzić swój stan zdrowia, kontrolując ciśnienie i wykonując pomiar tkanki tłuszczowej. Odbędzie się też pokaz profesjonalnej techniki Nordic Walking, a uczestnicy będą mogli wziąć udział w kursie prawidłowego „chodzenia z kijkami”. Atrakcje sportowe zostały zaplanowane zarówno z myślą o dorosłych, jak i dzieciach.

Główny punkt programu to oczywiście zawody. Zgłoszenie można wypełnić, korzystając z formularza dostępnego na stronie <http://pucharpolskinw.pl/pucharpolskinw/index> bądź osobiście w dniu zawodów za większą opłatą.

Na koniec zawodów przewidziane jest losowanie upominków.

Na Nordic Walking do Kolbuszowej zaprasza Justyna Kolwaczyk:

[https://www.youtube.com/watch?v=m8\\_J\\_hE2lsM](https://www.youtube.com/watch?v=m8_J_hE2lsM)

Program zawodów:

7.30 – 8.30 Rejestracja zawodników półmaratonu

8:00 – 9:30 Rejestracja zawodników 10 km

8:00-11:45 Rejestracja zawodników 5 km, Rajd

9:00 – start półmaratonu

10:00 – start 10 km

11.00 Uroczyste otwarcie, pokaz prawidłowej techniki

12:30 – start na dystansie 5 km, rajd

13:30 – Mini NW dla dzieci

14.00 - dekoracje

- [Regulamin Pucharu Polski Nordic Walking 2016](#)
- [Załącznik do regulaminu - zgoda na udział w zawodach Nordic Walking](#)