

Puchar Polski Nordic Walking

KOLBUSZOWA

MOC ATRAKCJI
DLA
CAŁYCH RODZIN

**2016
PUCHAR
POLSKI
NORDIC WALKING**

11 czerwca 2016
Stadion
Kolbuszowa ul. Wolska

SOBOTA
17:00 - 20:00 rejestracja zawodników

NIEDZIELA
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 PÓLMARATONU
10:00 START 10 km
11:00 uroczyste otwarcie, pokaz prawidłowej
techniki Nordic Walking
12:30 START 5 km, RAJD
13:30 mini Nordic Walking dla dzieci
14:00 dekoracje

Najbliższe edycje

2 lipca Polanica Zdrój

6 sierpnia Ostleśko
MISTRZOSTWA POLSKI

27 sierpnia Elbląg
PUCHAR EDYCJE

10 września Hajnówka
WIELKI FINAŁ Pucharu Polski

www.pucharpolskinw.pl

[pfnw.eu](https://www.facebook.com/pfnw.eu)

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_hE2IsM

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](#)