



Orientuj się na zdrowie i aktywność fizyczną

2018-05-23

W najbliższą sobotę, 26 maja w godz. 10.00-14.00 na terenie Wojskowego Klubu Sportowego „Wawel” - Park Młynówka Królewska w Krakowie przy ul. Podchorążych 3 odbędzie się piknik sportowy połączony z biegiem terenowym pn. „Orientuj się na zdrowie i aktywność fizyczną”.

To doskonała forma spędzenia czasu wolnego, która łączy wysiłek fizyczny z intelektualnym. Uczestnicy mają możliwość wziąć udział w biegu całymi rodzinami bez względu na wiek - od przedszkola do seniora. Otrzymując mapę i kompas mogą biec lub maszerować, a nagrodą jest zdobywanie kolejnych wyznaczonych punktów. Obecność na mecie zostanie potwierdzona za pomocą elektronicznego chipa. Instruktorzy będą przygotowywać uczestników do startu i wyjaśniać jak czytać mapy.

Imprezie plenerowej dodatkowo będą towarzyszyć liczne konkursy i zabawy:

- siatkówka, koszykówka, futbol amerykański, konkurs strzelecki,
- pokaz mody oraz pokaz strojów dawnych,
- pokazy ratownictwa medycznego, Straży Pożarnej, Straży Miejskiej,
- zamki dmuchane, zjeżdźalnie, malowanie twarzy, jazda konna,
- edukacja w zakresie zdrowego żywienia i sprawności fizycznej,
- konsultacje i porady dietetyczne,
- badanie masy i składu ciała,
- masaż sportowy.
- występy zespołów GOAHEAD BAND oraz NUTKI
- stoiska firmowe.