

Marsz nad Bystrym

Wysłane przez Ewa Mickiewicz, 13/11/2019 **Treść:**

Odnowione w 2014 r. bulwary nad Kanałem Bystrym to doskonałe miejsce do rekreacji, spacerów, biegania czy trenowania nordic walking. Aby zachęcić mieszkańców i gości do aktywnego wypoczynku w tym malowniczym miejscu, Centrum Sportu i Rekreacji organizuje po raz szósty cykliczne zawody marszowe nad Bystrym.

W najbliższą niedzielę, 17 listopada br. odbędzie się 6. Marsz nad Bystrym oraz IV Augustowski Marsz Seniora.

W czasie imprezy organizowane są marsze nordic walking na dwóch dystansach: 2,5 i 5 km. Osoby początkujące mogą skorzystać z bezpłatnego szkolenia i instruktażu technik nordic walking. Na miejscu będzie też możliwość wypożyczenia kijków. Organizatorzy zapewniają wszystkim uczestnikom gorącą herbatę i słodką niespodziankę. Zapisy w dniu wydarzenia od godz. 11.00 w miejscu zbiórki za kościołem przy ul. Waryńskiego.

Program:

- **11:00** - zapisy, wydawanie numerów
- **11:20** - szkolenie i instruktaż dla osób początkujących
- **11:40** - wspólna rozgrzewka
- **11:55** - otwarcie imprezy
- **12:00** - start do marszu

Wydarzenie organizowane w ramach projektu „Rozbudowa infrastruktury turystycznej i rekreacyjnej w strefie Kanału Augustowskiego na terenie Miasta Augustów”.

Serdecznie zapraszamy!

Zapraszamy wielbicieli aktywnego spędzania czasu na wspólny marsz!

NORDIC WALKING Impreza ma charakter rekreacyjny.)

6 MARSZ nad Bystrym 5 km

IV Augustowski Marsz Seniora 2,5 km

Niedziela 17 listopada 2019 r.
START 12.00

**Zbiórka na bulwarze nad kanałem Bystrym
za kościołem przy ul. Waryńskiego.**

11.00 Zapisy, wydawanie numerów
możliwość wypożyczenia kijów.

11.20 Szkolenie i instruktaż techniki
dla osób początkujących

11.40 Wspólna rozgrzewka

11.55 Otwarcie imprezy

12.00 Start do marszu

NA MIEJSCU:

*Możliwość uzyskania
fachowych porad.

*Dyplomy dla wszystkich,
którzy ukończą konkurencje.

*Dla wszystkich uczestników
gorąca herbata i słodka
niespodzianka



Wydarzenie organizowane w ramach projektu
„Rozbudowa infrastruktury turystycznej i rekreacyjnej w
strefie Kanału Augustowskiego na terenie Miasta Augustów”

