



Nordic
Walking



BAZA WYPADOWA
HEJTUS

11 października 2009 r.

MARSZ PO ZDROWIE

w **BAZIE WYPADOWEJ HEJTUS** na Kaszubach,
przy ulicy Słupiej 30c, w Pomieczynie, 30 km od Trójmiasta

TRASY MARSZU:

Organizatorzy zapewniają:

- wodę i baton podczas marszu
- ciepłe napoje
- opiekę medyczną
- kadre instruktorską
- ognisko z poczęstunkiem po marszu i dobrą zabawę

Wpisowe: 20 zł
(kielbasa i grochówka)

I TRASA: Program:

5
km

I i II Trasa:

10:00 - rejestracja uczestników
10:30 - rozgrzewka i instruktaż NW
11:00 - marsz NW

II TRASA:

12,5
km

14:00 -17:00 - poczęstunek przy ognisku
18:00 - zakończenie imprezy



Zainteresowane osoby prosimy o potwierdzenie chęci uczestnictwa w marszu do 9 października 2009 roku, Prosimy o podanie: imienia i nazwiska uczestnika mailowo pod adresem: Info@bazawypadowa.pl lub pod numerem telefonu 0 606 902 887 Istnieje możliwość bezpłatnego wypożyczenia kijów do NW po wcześniejszym zgłoszeniu do organizatorów (prosimy o podanie długości kijów).

Potwierdzenie uczestnictwa w marszu NW uprawnia do bezpłatnego wypożyczenia kijów NW. Więcej informacji na temat imprezy: Info@bazawypadowa.pl, kom. 0 606 902 887

BAZA WYPADOWA
HEJTUS

Organizator Imprezy:

Baza Wypadowa Hejtus na Kaszubach
ul. Słupia 30 c,
83-305 Pomieczyno, kom. 0 606 902 887