

Kolejna edycja cieszyńskiego Marszu Seniora

Data publikacji: 10.10.2013 13:35

W ubiegłą sobotę, 5 października, cieszyńscy seniorzy po raz drugi uczestniczyli w Ogólnopolskim Marszu Seniora. Wydarzenie zainicjowane w zeszłym roku przez Parlamentarną Grupę Kobiet, które w tym roku objęła Patronatem Honorowym Minister Sportu i Turystyki Joanna Mucha cieszy się coraz większą popularnością. W Cieszynie marsz zorganizowała poseł Aleksandra Trybuś we współpracy Towarzystwem Sportowym 'Piast Cieszyn' oraz Miejskim Ośrodkiem Sportu i Rekreacji w Cieszynie.

□

Na campingu Olza zebrała się spora grupa osób. Dzięki Laboratorium Analitycznemu „med-lab Suchanek” z Ustronia uczestnicy imprezy mogli dokonać pomiaru ciśnienia i poziomu cukru we krwi. Organizatorzy zadbali również o to, aby uczestnikom nie zabrakło gorących napojów. Instruktor, pan Krzysztof Żebrok omówił zasady "marszu z kijami", przedstawił zalety techniki Nordic Walking dla osób starszych oraz przeprowadził rozgrzewkę.

Po 5 kilometrowym spacerze urokliwymi alejkami rezerwatów nad Olzą i Puńcówką po polskiej stronie oraz Parku Sikory po stronie czeskiej uczestnicy zasłużyli na poczęstunek. Dzięki PSS „Społem” mogli liczyć na tradycyjną cieszyńską kanapkę. Z kolei zimne napoje dostarczyła firma Ustronianka. Zakończeniu Marszu towarzyszyło wręczanie wyróżnień, między innymi dla najstarszego uczestnika oraz nagród specjalnych - bonów do Drogerii zł, ufundowanych przez Aleksandrę Trybuś - Posła na Sejm RP oraz bonu na badania laboratoryjne, który ufundowało Laboratorium „med-lab Suchanek”.

Celem imprezy była integracja środowiska seniorów, promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia, popularyzacja marszu jako dyscypliny pomagającej zachować zdrowie i witalność oraz spędzenie czasu w gronie miłych i przyjaznych osób. Marsz Seniora na pewno na stałe wejdzie do kalendarza imprez plenerowych. **"Za rok zapraszam Państwa na kolejną edycję"** - na zakończenie stwierdziła Aleksandra Trybuś.

Portal OX.PL był patronem medialnym imprezy.

[ZOBACZ FOTOREPORTAŻ](#)

(mat.pras.)