

Uderzają kijami w cukier

Data publikacji: 22.08.2013 15:15

Już od czterech lat w Skoczowie działa Klub Nordic Walking "Włóczykije", który propaguje bardzo popularną formę aktywności fizycznej - chodzenie z kijkami. Klubowicze starają się pokazać, że moda na nordic walking wcale nie przeminęła i trwa w najlepsze. Dowodem na to ma być II Błękitny Marsz NW, pod hasłem - Kijami w cukier.

□

Z każdym rokiem liczba uczestników w tym aktywnym projekcie zwiększa się. Początkowo skupiał 5 do 9 osób, teraz jest ich już kilkanaście, a chętnych do dołączenia nadal nie brakuje. Członkowie klubu spotykają się ze sobą dwa razy w tygodniu – w środy i w niedziele. Kładą nacisk na prawidłową postawę i chód. Przechodzili szkolenia pod okiem wicemistrzów Polski w nordic walkingu i regularnie konsultują się z innymi instruktorami tej formy aktywności. Klub „Włóczykije” bierze udział w wielu imprezach na terenie całego kraju, m.in. w Pucharze Polski i Mistrzostwach Polski Nordic Walking.

Od zeszłego roku spacer z kijami są również walką z cukrem. Tegoroczna edycja Błękitnego Marszu jest podzielona na trzy etapy. Pierwszy z nich odbędzie się 24 sierpnia. Podczas niego uczestnicy przemierzą 5 km. Z każdym następnym spotkaniem (kolejne 22 września i 20 października) pokonywane będą 2 km więcej. Wymarsz z Nowego Targowiska w Skoczowie (obok Pływalni „Delfin”) zaplanowany jest na godzinę 14:00, godzinę wcześniej prowadzone będą zapisy.

Wpisowe 10 zł obejmuje m.in. ubezpieczenie, pomiar ciśnienia i cukru, okolicznościową koszulkę, poczęstunek i inne drobne upominki. Dodatkowa nagroda będzie czekać każdego, kto będzie uczestniczył we wszystkich trzech etapach II Błękitnego Marszu.

OX. PL jako patron medialny zaprasza wszystkich na uderzenie „Kijem w cukier” dla zdrowia i dobrego samopoczucia.

PD