

IV Mistrzostwa Ziemi Opolskiej w Nordic Walking - już w sobotę!

Zaledwie parę dni dzieli nas od IV Mistrzostw w Nordic Walking. W najbliższą sobotę (29.06) spod Prudnickiego Lasu przy Sanktuarium św. Józefa w Prudniku wystartuje grupa około 200 miłośników marszu z kijkami. Start o godz. 11:00.

Do wyboru są dwa dystanse: 21,1 km - tu mogą wystartować wszystkie kategorie wiekowe od lat 18, na tę trasę przewiduje się czas czterech godzin. Tradycyjnie będzie również krótsza trasa, 5 km - przeznaczona dla osób niepełnosprawnych, dzieci oraz młodzieży, czas na jej pokonanie to 2 godz., tutaj obowiązuje tylko klasyfikacja OPEN. Organizatorzy zadbali również o najmłodszych uczestników, dla których przewidziano dystans o długości 200 m.

 Dla wszystkich chętnych natomiast przewidziano krótki instruktarz dotyczący prawidłowego marszu z kijkami. Ponadto uruchomiony zostanie punkt odnowy biologicznej, gdzie każdy chętny będzie mógł skorzystać z profesjonalnego masażu.

 Uczestnictwo w zawodach jest odpłatne i wiąże się z wcześniejszą rejestracją. Więcej informacji na ten temat znajduje się na stronie organizatora [Mistrzostw](http://timekeeper.pl/bieg/?bieg_id=571 "Zapisz się na zawody").

 Co ważne, na uczestników czekać będą pamiątkowe medale, pakiet startowy oraz posiłek. Podczas zawodów zaplanowano też gry i zabawy rekreacyjne.

 Organizatorem zawodów jest Gmina Prudnik oraz Stowarzyszenie „Wesoły Borsuk Team”. Patronat medialny nad tą imprezą objęło Radio Opole.

<span style="font-weight:

Program:
8:30 - 10.30 zbiórka w biurze zawodów,
10.30 - 10.45 wspólna rozgrzewka,
10.45 - uroczyste otwarcie zawodów,
11.00 - start na dystansie 10 km,
11.05 - start na dystansie 5 km,
13.45 - dekoracja miejsc: open ,1-3 w kategoriach wiekowych, losowanie nagród,
14.15 - gry i zabawy rekreacyjne,
16.00 - zakończenie imprezy.
 