

# Letni Rajd Nordic Walking "Cztery Pory Roku w Krainie Puszczy i Żubra" dla Lenki Franciszkiewicz, 22.07.2017

plakat Jak lato w Puszczy to tylko aktywnie – sieć szlaków, pieszych, rowerowych, questowych i nordic walking oplatające polską perełkę UNESCO to nie lada atrakcja nie tylko dla turystów, ale również mieszkańców – lubiących odpoczywać aktywnie, a przy okazji chcących poznać swoją małą ojczyznę. Na ulicach miasteczek, wsi i leśnych labiryntach puszczańskich korytarzy coraz więcej miłośników aktywnego wypoczynku. Wiele osób biega (zobacz: [Hajnówka znowu biega – od 5 kwietnia](#)), niektórzy jeżdżą na rowerze a znakomita większość śmiga na kijkach. Sekret nordic walking kryje się w prostocie dyscypliny – nie trzeba być tytanem sportu, cieszyć się żelazną kondycją czy zdrowiem – wystarczą chęci do działania i para kijków. I oczywiście odpowiednie towarzystwo – Lokalna Organizacja Turystyczna Region Puszczy Białowieskiej wraz z instruktorami z Day SPA Dotyk Natury w Hajnówce zapraszają na letni rajd nordic walking! **Start: 22 lipca 2017, godz. 16.00 przy parkingu Parku Wodnego w Hajnówce. Przed maszerami nie lada wyzwanie – trasa** Hajnówka - Budy licząca ok. 10 km (zapewniamy transport powrotny). A na trasie – przyrodnicze i kulturowe skarby regionu: uroczysko Krynoczek, Rezerwat Krajobrazowy Władysława Szafera ze swoimi przyrodniczym bogactwem. Lipcowa Puszcza pięknieje. Zielone tło zdobią kolory kwiatów – żółte główki wrotyczu oraz płatki dziewanny, dziurawca, jaskrów czy nawłoci pospolitej rozświetlają puszczańskie zakamarki. Filetowa dąbrówka rozłogowa dziarsko pnie się w górę, także delikatny koszycek świerzbienicy polnej dosięga wydostaje się z zielonej toni puszczańskiego runa. Ale i tak żadna z nich nie dorówna ostrożniowi - ta kulista, kłująca główka pokryta fioletowym koszyczkiem to słynne czarcie żebro. Ruszając w trasę warto zaopatrzyć się w małe pojemniczki – jagód, poziomek i borówki brusznicy w Puszczy pod dostatkiem! O puszczańskich sekretach opowie na trasie przewodnik turystyczny. A sam rajd zapowiada się nie tylko bardzo przyrodniczo, ale też pysznie i wesoło, bowiem organizatorzy przewidują szereg atrakcji: po rajdzie integracyjne ognisko z muzyką na żywo, konkursy z nagrodami i wspaniałą atmosferę! Gościem rajdu będzie Lenka Franciszkiewicz wraz z rodzicami (podopieczna Fundacji Jaś i Małgosia). Zapraszamy każdego bez względu na wiek, kondycję i stopień aktywności fizycznej – bo nordic walking to sport dla każdego! Zapisy trwają do 20.07.2017r. w biurze LOT Region Puszczy Białowieskiej przy ul. 3 Maja 45 (punkt it). Więcej pod nr tel. – 85 682 43 81. Wpisowe 12 zł, planowany powrót: ok. godz. 20:00.

Katarzyna Miszczuk

plakat not found or type unknown