

Aktywnie przez lasy i bory puszczańskie - relacja z wydarzenia

W dniu 5 maja 2018 r. odbyło się kolejne wydarzenie organizowane w ramach projektu "Puszcza i ludzie". W słoneczną sobotę, miłośnicy ruchu i aktywności fizycznej zgromadzili się na terenie Starego Masiewa w celu udziału w marszu Nordic Walking "Aktywnie przez lasy i bory puszczańskie".

Zgodnie z planem o godzinie 15:00 przybyli wszyscy zainteresowani. Na samym początku prowadzące zajęcia – wykwalifikowane instruktorki Nordic Walking Ewa Natalia Moroz-Keczyńska oraz Urszula Janiel, przeprowadziły rozgrzewkę oraz przyspieszony kurs poprawnego poruszania się na kijkach skierowanych do początkujących osób. Uczestnikom warsztatów w trakcie ćwiczeń towarzyszyła muzyka, co było miłym akcentem i z pewnością pomogło w przyjaznym wprowadzeniu do tego sportu.

Po rozciągnięciu i lekkiej rozgrzewce zgromadzeni przeszli do głównej atrakcji, czyli marszu w otoczeniu przyrody wokół uroczyska Głuszec. Dodatkowym elementem ubarwiającym całe wydarzenie były ciekawostki przyrodniczo - historyczne przekazywane przez przewodników Panią Ewę Natalię Moroz-Keczyńską oraz Panią Ludmiłę Żłobin. Na zakończenie warsztatów, pod wieczór zorganizowane zostało wspólne ognisko, na którym wszyscy mogli upiec kiełbaski i napić się ciepłej herbaty.

Na całe szczęście pogoda tego dnia dopisała, co wpłynęło pozytywnie na frekwencje w organizowanym marszu. Cieszy również duże zróżnicowanie osób uczestniczących w całym wydarzeniu. Wśród entuzjastów tego sportu, oprócz osób dorosłych, pojawiły się także całe rodziny z dziećmi.

Biuro Projektu

Dziękujemy organizatorom oraz wszystkim przybyłym osobom za udział w zorganizowanym wydarzeniu oraz zapraszamy na kolejne warsztaty!

Zobacz:

[Starostwo Powiatowe zaprasza na Survival białowieski, czyli jak przetrwać w dżungli, 12.05.2018](#)

[Starostwo Powiatowe w Hajnówce zaprasza na warsztaty Zielono mi, czyli jak chwasty i kwiatki przerobić na sałatki, 02.06.2018](#)



Unia Europejska
Fundusz Spójności



Dofinansowano ze środków
Narodowego Funduszu
Ochrony Środowiska
i Gospodarki Wodnej