

REGULAMIN - VII Integracyjny Rajd NORDIC WALKING - 13 września

Warsztat Terapii Zajęciowej we wrześniu organizuje VII Rajd NORDIC WALKING Osób Niepełnosprawnych po Puszczy Białowieskiej. W związku z obchodami 100-lecia Odzyskania przez Polskę Niepodległości chcielibyśmy swoim wydarzeniem również upamiętnić ważną dla Polski rocznicę. W Rajdzie biorą udział osoby z niepełnosprawnością z kilkunastu placówek m.in. z Warsztatów Terapii Zajęciowej, ŚDS, SOSW. Celem naszego Rajdu jest integracja osób niepełnosprawnych oraz promowanie aktywnego spędzania wolnego czasu w rejonie Puszczy Białowieskiej. Strojami biało-czerwonymi chcielibyśmy również pokazać, że osoby niepełnosprawne pamiętają tegoroczną rocznicę Odzyskania Niepodległości. W załączniku wysyłam Regulamin Rajdu.

Iwona Romańczuk

p.o Kierownika Warsztatu Terapii Zajęciowej w Hajnówce

REGULAMIN

VII Integracyjny Rajd NORDIC WALKING

Osób Niepełnosprawnych po Puszczy Białowieskiej

dn. 13.09.2018r. Godz. 9.00

Rajd o charakterze patriotycznym w ramach obchodów 100-lecia Odzyskania przez Polskę Niepodległości.

Nordic Walking to połączenie marszu z techniką odpychania się od podłoża za pomocą specjalnie zaprojektowanych kijków.

I. Cel Rajdu

- integracja środowisk osób niepełnosprawnych
- nawiązywanie przyjaźni z kolegami z innych placówek
- poznawanie puszczańskiej przyrody oraz promowanie aktywnego spędzenia czasu w rejonie Puszczy Białowieskiej

II. Organizator:

Warsztat Terapii Zajęciowej w Hajnówce, ul 3-go Maja 63, wzhajnowka@gmail.com

Tel. (085) 682 38 03

III. Termin i miejsce:

13 września 2018 rok (czwartek), godz. 9.00 przy WTZ w Hajnówce

IV. Zasady uczestnictwa:

W Rajdzie biorą udział osoby niepełnosprawne. Każdą placówkę może reprezentować max 5 uczestników + 2 opiekunów.

Wskazane są własne kijki (jest możliwość wypożyczenia kijków przed rozpoczęciem Rajdu, osoby zainteresowane proszę o podanie wzrostu uczestników w karcie zgłoszeniowej, w celu dobrania kijków).

Prosimy o przygotowanie stroju sportowego z elementami biało-czerwonymi np. koszulka, czapka, szalik itp., wygodne buty (adidas), nakrycie głowy.

Opiekunowie ponoszą odpowiedzialność za swoich uczestników.

Wypełnioną Kartę zgłoszeniową proszę dostarczyć do WTZ Hajnówka do dnia 31.08.2017 r.

Plan Rajdu:

- 9.00 - powitanie uczestników Rajdu i zaproszonych gości
- 9.15 - wypożyczenie kijków
- 9.30 - rozgrzewka
- 9.50 - przejście po Puszczy Białowieskiej ok 5 km z atrakcjami
- 12.00 - wręczenie pamiątkowych dyplomów
- 12.40 - poczęstunek i wspólna zabawa
- 15.00 - zakończenie Rajdu