

**• ZDROWO BIEGAM - MAX DYCHA
NA 100 LAT NIEPODLEGŁOŚCI**
Nowy Targ- Leśniczówka -ul. Składowa
6 października 2018

**PROGRAM
BIEGI :**

9.00 – 11.00 Weryfikacja, odbiór numerów startowych

11.00 Start – 500 m dziewcząt I-IV klasa

11.20 Start – 500 m chłopcy I-IV klasa

11.40 Start – 800 m dziewcząt V-VIII klasa

12.00 Start – 800 m chłopcy V-VIII klasa

12.20 Start – 1000 m dziewcząt szkoły średnie

12.40 Start – 1000 m chłopców szkoły średnie

13.00 Start – 10 km OPEN

14.00 Start - NORDIC WALKING OPEN

* Gotowi ?....Przed każdą konkurencją roztoczona rozgrzewka - Zumba

RELAXING BOX – „Trzymam Formę“

10:00 - 11:00 - bawimy się m.in : z parkami , sanepidem, nadleśnictwem

Gry , zabawy , konkursy, alkogoogle itp...

11.00 - 12:00- Popracuj w ogródku mistrza -

„Mistrz Świata StrongMan Robert Nemś zaprasza

(zabawy dla dzieci i młodzieży)

15.00 -Sprawdzamy Kondycję samorządów :

Testy prowadzi Marcin Kudasik

16.00 - Tai Chi

17.00 - Akademia Tańca - prezentuje

18.00 - “ Przy ognisku “ Turystycznie , Patriotycznie i Obozowo - przynieś instrument i szarpnij strunę

