

VII Ogólnopolski Marsz Nordic Walking im.prof.Zbigniewa Religi Popieram transplantację!

Termin: 1 października 2017 (niedziela)

Miejsce: Bogdaniec, przy Zespole Szkół w Bogdańcu, ul.Pocztowa

Zapisy: od godz.10:30

Rozgrzewka i wymarsz: godz.12.00

Trasy uzależnione od poziomów umiejętności i kondycji:

trasa A - rekreacyjna ok. 5km (wolne tempo marszu)

trasa B - fitness ok.6 km (średnie tempo marszu)

trasa C - zaawansowani chodźarze kijowi ok.8km (szybkie tempo marszu)

ORGANIZATORZY: Adriana Szklarz, Urząd Gminy Bogdaniec, Nadleśnictwo Bogdaniec, Muzeum Lubuskie im.Jana Dekerta w Gorzowie Wlkp.

WSPÓŁORGANIZATORZY:

BACKER OBR, GBS Bank, Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp., Wojewódzka i Powiatowa Stacja Sanitarно-Epidemiologiczna w Gorzowie Wlkp., Urząd Marszałkowski Województwa Lubuskiego, Punkt Konsultacyjny Funduszy Unijnych UM w Gorzowie Wlkp.

Patronat: Marszałek Województwa Lubuskiego Elżbieta Anna Polak.

Atrakcje podczas realizacji VII OMNW:

- pomiary poziomu cukru, ciśnienia krwi przed wymarszem;
- wśród uczestników marszu rozlosowane zostaną nagrody m.in., bilet lotniczy na trasie Zielona Góra – Warszawa – Zielona Góra (dla 2 osób);
- każdy uczestnik otrzyma wodę i baton energetyczny;
- dla uczestników marszu zapewniony będzie pyszny posiłek piknikowy;
- możliwość wypożyczenia kijków do Nordic Walking (dla pierwszych 20 osób);
- uczestnicy otrzymają certyfikaty uczestnictwa, zakładki do książek;
- na miejscu możliwość zakupu książki z autografem „Kobieta z męskim sercem” Adrian Szklarz.

Trasy uzależnione od poziomów umiejętności i kondycji:

trasa A - rekreacyjna ok. 5km (wolne tempo marszu)

trasa B - fitness ok.6 km (średnie tempo marszu)

trasa C - zaawansowani chodźarze kijowi ok.8km (szybkie tempo marszu)

Zapewniamy opiekę ratowników medycznych.

ORGANIZATORZY główni: Adriana Szklarz, Urząd Gminy Bogdaniec, Nadleśnictwo Bogdaniec, Muzeum Lubuskie im.Jana Dekerta w Gorzowie Wlkp., Stowarzyszenie Życie po przeszczepie

WSPÓŁORGANIZATORZY:

BACKER OBR, GBS Bank, Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp., Wojewódzka i Powiatowa Stacja Sanitarно-Epidemiologiczna w Gorzowie Wlkp., Urząd Marszałkowski Województwa Lubuskiego, Punkt Konsultacyjny Funduszy Unijnych UM w Gorzowie Wlkp.

GENEZA MARSZU:

Transplantacja i Nordic Walking.

Czytając nazwę organizowanego marszu, wiele osób zapewne pomyśli: co ma wspólnego transplantacja z Nordic Walking? Dla jednych być może nie wiele, dla innych ogrom...

Wiele osób po przeszczepie serca, wątroby czy nerek uprawia Nordic Walking, jako bardzo dobrą formę rehabilitacji organizmu. Piszę o tym z własnego doświadczenia. Mnie kije postawiły kondycyjnie do formy i stanowiły wspaniałą alternatywę dla szpitalnej rehabilitacji.

Aktywna - sportowa forma pozytywnego propagowania transplantacji jest efektem moich poszukiwań nowych sposobów dotarcia do naszego społeczeństwa z edukacją w zakresie przeszczepiania narządów. Większa świadomość społeczna to większa szansa na ratowanie życia innych ludzi, a nawet może i naszych bliskich czy nas samych.

**Zgodę na nazwanie Marszu im.prof.Zbigniewa Religi,
w imieniu rodziny wyraził dr Grzegorz Religa - syn Zbigniewa Religi.**

Wierzę, że propagowanie transplantacji poprzez organizację ogólnopolskiego marszu Nordic Walking, przyczyni się do zwiększania jej społecznej akceptacji, a także zrozumienia sensu przekazywania narządów do przeszczepu w celu ratowania życia innych ludzi, przed którymi taka forma ratunku stoi.

Dlatego też serdecznie zapraszam na VII Ogólnopolski Marsz Nordic Walking im.prof.Zbigniewa Religi oraz do wspólnego propagowania transplantacji pod hasłem:

"Popieram transplantację!"

*Adriana Szklarz
Międzynarodowy Instruktor Nordic Walking
przeszczep serca 5 listopad 2009*