



Nadleśnictwo Przasnysz zaprasza
na cykliczną imprezę plenerową

23 maja
2026

MAJOWY NORDIC WALKING



DLA KOGO?

Dla wszystkich sympatyków chodzenia z kijami, tych zaawansowanych jak i stawiających pierwsze kroki, aby mogli spotkać się w większym gronie, podszkolić umiejętności i wymienić doświadczenia. Skierowany jest do wszystkich, którzy cenią aktywny wypoczynek połączony z pobytem w lesie i obcowaniem z przyrodą.

Uczestnicy spotkania zabierają ze sobą kijki do spacerów po lesie. Wskazany jest strój spacerowy "na każdą pogodę". Informujemy, że na miejscu będzie możliwość wypożyczenia od instruktorów kijków (ilość kijków ograniczona).

Impreza ma charakter rekreacyjno-sportowy

ZGŁOSZENIA:

telefonicznie do czwartku
21.05.2026 do godz. 12⁰⁰
☎ 662 025 606

PROGRAM:

Zbiórka: obiekt edukacyjny "Przejmy" w miejscowości Przejmy 1

11⁰⁰–11³⁰ – zbiórka uczestników

11³⁰ – powitanie zebranych gości

11³⁰–12⁰⁰ – spotkanie z Policją – bezpieczeństwo pieszych w ruchu drogowym "B jak Bezpieczny i N jak Niechroniony"

12⁰⁰ – Krótka rozgrzewka z instruktorem, przejście fragmentem ścieżki edukacyjnej, wymarsz na trasę ok. 2.8 km (wszyscy uczestnicy) dla wytrwałych przemarsz trasą 5 lub 10 km.

14⁰⁰–15⁰⁰ – dotarcie grup na obiekt edukacyjny. Ognisko, gry, zabawy i konkurs dla uczestników

ok. godz. 17⁰⁰ – zakończenie imprezy