

Rajd Nordic Walking - Śladami Łosia

W sobotę na Rajdzie Nordic Walking - Śladami Łosia było aktywnie, zdrowo, poznawczo, z poczuciem humoru i sportowo. To 17 kilometrów wędrówki szlakami Kampinoskiego Parku Narodowego w otoczeniu puszczańskiej fauny i flory.

Rajd rozpoczął się wspólną rozgrzewką, po której uczestnicy ruszyli śladami łosi i innych zwierząt ukrywających się w zielonym lesie. Na leśnym dukcie można było spotkać jaszczurki, padalce zwyczajnie wijące się w promieniach słońca oraz usłyszeć śpiewy ptaków, całość dopełniał malowniczy krajobraz wiosennej przyrody.

Atrakcją dla uczestników po 8 km (10 000 kroków) wędrówki było dotarcie do Wierszy i pomnika Niepodległa Rzeczpospolita Kampinoska oraz obejrzenie stacji Drogi Krzyżowej z obrazami Jerzego Dudy-Gracza.

Specjalne podziękowania dla Kuźnia-Triathlonu.pl za poczęstunek, zdrowe przekąski i pomarańcze które dodały sił na kolejne kilometry marszu i powrót do Truskawia.

Marsz z kijkami to świetny sposób na relaks, dbanie o kondycję i poznanie ciekawych osób. Warto spróbować!!!

Izabelińskie Włóczykije zapraszają na zajęcia z Nordic Walking z instruktorem w każdą sobotę o 9:00, zbiórka na parking przy dyrekcji Kampinoskiego Parku Narodowego (ul.Tetmajera 38), zajęcia są bezpłatne.