



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



Kaliski Tydzień Zdrowia 2026

AKTYWIZACJA SENIORÓW PO ZDROWIE MARSZ



LOGO KTZ 2026
Autor: Arleta Juszczyk

Regulamin marszu Nordic Walking – 2 km

1. Nazwa imprezy „Po zdrowie marsz!”

2. Organizatorzy

- Sekcja Oświaty Zdrowotnej i Promocji Zdrowia PSSE w Kaliszu
- Kaliski Szkolny Związek Sportowy

3. Termin i miejsce zawodów

- Data: 18.05.2026 r.
- Godzina: 12:00
- Start/Meta: tereny rekreacyjne Parku Miejskiego w Kaliszu
- Zbiórka: przy baszcie „Dorotka”
- Typ marszu: sportowo-rekreacyjny

4. Cel imprezy

- propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia,
- popularyzacja marszu Nordic Walking jako prostej formy aktywności fizycznej,
- zachęcanie do aktywnego wypoczynku i pozyskiwanie nowych uczestników,
- popularyzacja rekreacji ruchowej wśród mieszkańców Kalisza i powiatu kaliskiego,
- aktywizacja seniorów.

5. Biuro zawodów

- Tereny zielone przy Baszcie „Dorotce” (okolice szkoły muzycznej)
- Czynne w dniu imprezy w godz. 11:30–12:00

6. Start

- Godzina: 12:15
- Dystans: 1 pętla – 2 km

7. Warunki uczestnictwa

- Impreza ma charakter otwarty.
- Prawo startu mają wszyscy chętni – zarówno zrzeszeni, jak i niezrzeszeni w klubach sportowych.
- Organizator nie zapewnia sprzętu (kijków do Nordic Walking).
- Gwarantujemy dobrą atmosferę, pogodę ducha i zdrową rywalizację 😊

8. Zasady i zgłoszenia

- Marsz ma charakter rekreacyjny – nie przewiduje się klasyfikacji końcowej.
- Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal.
- Zgłoszenia imienne należy przesyłać na adres e-mail:
szskaliski@gmail.com
- Termin zgłoszeń: do 14.05.2026 r.

Serdecznie zapraszamy do udziału!

PATRONAT HONOROWY

