

# Nordic walking z MCM Bałuty

29.09.2020 14:35 Katarzyna Jarosińska / Oddział ds. Polityki Senioralnej

kategoria: **Seniorzy**

**W najbliższą niedzielę (4.10 br.) o godz. 11.00 Klub "Bez kija nie podchodź" działający przy Centrum Zdrowego i Aktywnego Seniora przy ul. Libelta 16, zaprasza serdecznie wszystkich chętnych i aktywnych seniorów na pierwszą odsłonę Łagiewnickiej szóstki.**

The graphic features a pink banner at the top with the text 'ŁAGIEWNICKA SZÓSTKA'. Below it is a yellow banner with 'NORDIC WALKING 8 KM'. The date '04.10' is shown next to a calendar icon, and the time '11:00' is shown next to a clock icon. A green banner with a location pin icon indicates the route 'WARSZAWSKA - SKRZYDLATA'. At the bottom, the organizers are listed as 'MIEJSKIE CENTRUM MEDYCZNE BAŁUTY' and 'KŁÓDZ KREUJE DLA SENIORÓW', and partners include 'MANY MORNINGS' and 'Gandalf.com.pl'.

Trasa spaceru wynosić będzie 8 km i biegnie przez nasz najpiękniejszy las Łagiewnicki. Jest to pierwszy z sześciu spacerów, każdy z nich będzie odbywał się w innej lokalizacji lasu Łagiewnickiego. Za ciekawą i nieszablonową trasę będzie odpowiadać znany i lubiany Maciej Tracz.

Dla uczestników spaceru zapewniamy wodę i delikatny poczęstunek. Poza tym każdy chętny będzie mógł skorzystać z bezpłatnego badania cukru oraz badania ciśnienia krwi.

Na mecie każdy z uczestników otrzyma drobny upominek.

Zapraszamy do zapisów pod adresem email: [zapisyczas@gmail.com](mailto:zapisyczas@gmail.com) , ilość miejsc jest ograniczona.