



Chodecká tour přilákala pět set zájemců o zdravý pohyb!

Červencová lekce bude seznamovací 474! To je konečný součet registračních lístků účastníků prostějovské části Tour nordic walking 2012, která se konala v sobotu 2. června v Kolářových sadech. Je to zhruba o sto víc, než napočítali v Hradci Králové či skoro dvakrát tolik než v Brně.

Hlavní organizátoři seriálu akcí propagujících severskou chůzi - Jaruška Morávková z občanského sdružení Nordic Walking Live a Marek Schromm z firmy Birki - tak mohli být více než spokojeni. Ve spolupráci se zdravotní pojišťovnou METAL- ALIANCE a pod záštitou projektu Zdravé město Prostějov, náměstkyně primátora RNDr. Aleny Raškové a MUDr. Zdeňka Dokládala ze zdravotnického centra Medicom's se podařilo představit nordic walking stovkám lidí, pro něž se chůze může stát velmi zdravou a přitom zábavnou součástí života.

Spousta zájemců už tedy zvládá techniku, ví, k čemu je severská chůze dobrá, ale – nemá s kým chodit. Vyrážet s holemi individuálně většinu lidí nebaví, sami se “nedonutí” a občas se také stydí. Řada takových připomínek mě nakonec inspirovala k nápadu zorganizovat příští lekci v rámci Zdravého města nejen jako výukovou, ale zároveň jako seznamovací.

V úterý 17. července v 17 hodin mohou tedy na tradiční místo u hvězdárny v Kolářových sadech přijít i účastníci předchozích lekcí, kteří se mohou pokusit vytvořit dvojice či malé skupinky k pravidelným výslapům. Třeba se to nepodaří, ale za zkoušku to určitě stojí. Protože na nordicu je, stejně jako u ostatních pohybových aktivit, důležitá pravidelnost.

A pro jistotu připomínám, že zájemci o výuku chůze, kteří nemají vlastní hole, se musejí předem přihlásit na telefonu 732 635 360 nebo mailem na adrese sehnalovalenka@seznam.cz a uvést svou výšku, abych jim mohla vzít správné hole k zapůjčení.

Na setkání se těší cvičitelka Lenka Sehnalová