

26 сентября 2020 года

в парке Заречном прошли соревнования проекта

## **«Формула здоровья» по скандинавской ходьбе**

В мероприятии принимали участие граждане пожилого возраста - ветераны Заречных микрорайонов города Тюмени. К мероприятию присоединились и любители скандинавской ходьбы других районов города Тюмени.

22 сентября 2020 года на этой же площадке прошел мастер-класс по скандинавской ходьбе.

Северная (скандинавская) ходьба – это новая, динамично развивающаяся дисциплина в виде спорта «Спортивный туризм».

Цель мероприятия: популяризация северной (скандинавской) ходьбы, как эффективного оздоровительного вида физической активности, способа психофизической реабилитации, профилактики гиподинамии и заболеваний, укрепления здоровья, физического развития и активного долголетия человека.

Согласно утвержденному Положению, спортсмены стартовали в одно и то же время. Участники соревнования прошли дистанцию 2 километра (мужчины и женщины), личный зачёт.

Затем был объявлен масс-старт для всех желающих, без учёта времени прохождения дистанции.

Победители и призёры, занявшие 1, 2 и 3 места были награждены медалями и дипломами соответствующих степеней, поощрительными призами. Всего в мероприятии участвовало около 30 человек.



*Более подробную информацию можно получить по телефону **89504861190**,  
контактное лицо – Гимадиева Лилия Фархатовна.*

*Поддержка проекта осуществлена благотворительным фондом «Хорошие истории» на средства, предоставленные АО «Райффайзенбанк»*