

27 kwietnia 2015r. odbył się Wiosenny Integracyjny Rajd Nordic Walking, organizowany przez nauczycieli wychowania fizycznego ze Specjalnego Ośrodka Szkolno Wychowawczego nr 1 w Suwałkach. W rajdzie uczestniczyli uczniowie Specjalnego Ośrodka Szkolno Wychowawczego nr 1 w Suwałkach, uczniowie Niepublicznej Terapeutycznej Szkoły Podstawowej „Bajka” , oraz uczennice Gimnazjum nr 2 w Suwałkach.

Rajd odbył się na terenie Wigierskiego Parku Narodowego w okolicach miejscowości Krzywe. Celem rajdu była popularyzacja dyscypliny jaką jest Nordic Walking, nauka i doskonalenie techniki poruszania się z kijami, oraz integracja młodzieży poprzez wspólną aktywność fizyczną

Rajd rozpoczął się o godzinie 9.15 wspólną rozgrzewką przed Siedzibą Wigierskiego Parku Narodowego. Następnie grupa uczestników przeszła na plażę nad jeziorem Czarnym na której to młodzież uczestniczyła w grach i zabawach integracyjnych. Uczestnicy rajdu mieli okazję do nauki i doskonalenia techniki marszu z kijami podczas treningu który przybliżył założenia dyscypliny jaką jest Nordic Walking .Po solidnej zaprawie przyszedł czas na praktyczne wykorzystanie nabytych umiejętności podczas marszu ścieżkami Wigierskiego Parku Narodowego. Rajd zakończył się wspólnym poczęstunkiem oraz wręczeniem pamiątkowych medali.

Młodzież była bardzo zaangażowana w wykonywanie zadań oraz udział w grach i zabawach integracyjnych. Dopisała również pogoda i wiosenna aura, która nastrajała do wspólnej wędrówki.

{gallery}SPORT/Nordic_Walking_Integr_Rajd_21_04_2015{/gallery}