

**План мероприятия, посвященного
Всемирному Дню скандинавской ходьбы
(г. Пушкино, 24 мая 2015 г.)**

Цели мероприятия:

1. Широкое привлечение жителей Пушкинского муниципального района и Российской Федерации, независимо от возраста, пола, национальности, состояния здоровья к эффективным физкультурно-оздоровительным методикам, здоровому образу жизни и активному долголетию.
2. Пропаганда здорового образа жизни, активного долголетия, активного досуга, физкультуры и спорта как важных факторов повышения качества жизни человека.
3. Популяризация скандинавской ходьбы как способа психофизической реабилитации, фитнеса и спорта, обучение новичков технике СХ и методике проведения занятий среди различных категорий населения, в том числе молодёжи, людей пенсионного возраста и инвалидов, обмен опытом по организации физкультурно-оздоровительной деятельности.

Место проведения: г. Пушкино Московской области, ул. 50 лет Комсомола, д. 26 стадион ФСК «Пушкино», дата проведения: 24 мая 2015 г. с 10.00 до 14.00.

Сбор организаторов в месте проведения мероприятия – в 8.30

РАСПИСАНИЕ

Время	
09:00 – 10.30	Регистрация участников
10:00	Открытие мероприятия (приветственные слова организаторов)
10:25	Мини-лекция о скандинавской ходьбе (проводит А. Волков)
10:45	Разминка перед соревнованиями – (проводят А.Волков, А. Шахторина, Е.Легостаев)
11:00	Начало соревнований
11:10	Девочки и мальчики 2004 г.р. и младше - дистанция 500 метров
11:20	Девочки и мальчики 2003 г.р. и старше – дистанция 1000 метров
11:30	Женщины 1954 года рождения и моложе - дистанция 1000 метров
11:45	Женщины 1954 года рождения и старше - дистанция 1000 метров
12:00	Мужчины всех возрастных категорий - дистанция 1000 метров
12:15	Конкурс на лучшую технику ходьбы (дистанция 100 м)
12:20	Торжественный марш по городу Соревнования на 3000 – мужчины и женщины всех возрастных категорий
13:00	Возвращение участников марша на стадион, окончание соревнований на 3000 м
13:10	Объявление результатов и награждение девочек и мальчиков
13:20	Объявление результатов и награждение взрослых
13:30	Номер от участников Пушкинского клуба СХ «Три шага»
13:40	Награждение победителей конкурса на лучшую технику ходьбы
13:45	Вручение сертификатов от RNWA
13:55	Заключительное слово организаторов
14.00	Окончание мероприятия