



CENTRUM KULTURY I SPORTU W POSTOMINIE



GMINA POSTOMINO

Program integracyjnego spotkania Postomińskiego Klubu Morsów „WIKING”, rozpoczynającego kąpiele morskie sezonu 2010/2011

Jarosławiec, 14 listopada 2010 r.

- 10.00 - rozpalenie integracyjnego ogniska
- 11.00 – 12.00 - przyjazdy, potwierdzenie udziału (poczęstunek kawą, herbatą, chlebkiem ze smalcem i kwaszonym ogórkiem) – Ośrodek Wczasowy „Przywodny”, ul. Spacerowa 6, Jarosławiec
- 11.30 - wymarsz rajdu Nordic Walking Jarosławieckim Klifowym Brzegiem pn. „Jeszcze nie Morsy, ale potencjalne Morsy” (zapisy na 30 minut przed startem)
- 12.00 – 12.30 - rekreacyjny spacer jarosławiecką plażą, sprawdzenie temperatury wody, pełna „relaksacja”, wymiana wrażeń uczestników morsowania
- 12.30 - wymarsz morsowego korowodu z Ośrodka Wczasowego „Przywodny” – barwny korowód przejdzie ul. Spacerową, Słoneczną, Parkową, Bałtycką, Spacerową na plażę przy akompaniamencie kapeli ludowej „Pieńkowanie” (zejście na plażę przy ul. Spacerowej)
- 12.50 - przywitanie uczestników morsowych kąpiei przez Janusza Bojkowskiego - Wójta Gminy Postomino i Organizatorów
- 12.55 – 13.00 - wspólna rozgrzewka uczestników kąpiei
- 13.00 – 13.15 - wspólna kąpiel poprzedzona hejnałem z rogu myśliwskiego
- 13.30 – 15.45 - spotkanie integracyjne przy ognisku i muzyce „na żywo” uczestników kąpiei i zaproszonych gości, pieczenie kiełbasek, poczęstunek żurkiem, grzańcem i wieloma pysznymi strawami, wspólne zdjęcie morsów, losowanie upominków
- 15.45 - a może i dłużej... zakończenie wspólnego spotkania promującego zdrowy styl życia oraz niekonwencjonalne metody poprawy stanu zdrowia

Można – a raczej należy – zabrać ze sobą:

- dobry humor
- śmieszne przebranie
- garść kawałów do sypania z rękawa
- instrumenty muzyczne

Organizatorzy znoszą cenzurę na „płynne” używki !!!

Organizatorzy: Postomiński Klub Morsów „Wiking”, Gmina Postomino, Centrum Kultury i Sportu w Postominie serdecznie zapraszają wszystkich zwolenników zimnej wody na kąpiel otwarcia sezonu, prosząc o wstępne potwierdzenie uczestnictwa u naczelnych Morsów Gminy Postomino:

Zdzisław Ludwikowski – 601 626 330,

Artur Ciróg – 513 717 874,

co ułatwi organizacyjnie spotkanie.

Do miłego spotkania

Agnieszka Czarnuch

Dyrektor

Centrum Kultury i Sportu

w Postominie