РУССКАЯ ШКОЛА СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБЫ

ФИНСКАЯ ▸ СКАНДИНАВСКАЯ ▸ НОРДИЧЕСКАЯ ▸ СЕВЕРНАЯ ХОДЬБА ▸ ПРИДИ В ДВИЖЕНИЕ

V Международный Фестиваль скандинавской ходьбы в Санкт-Петербурге 30 мая – 1 июня 2014

Цель мероприятия:

- Изучение международного и российского опыта в применении скандинавской ходьбы в спорте, туризме, активном отдыхе, медицине и реабилитации, в социальной и предпринимательской деятельности;
- Продвижение скандинавской (финской) ходьбы в России, как лучшего вида физической активности для поддержания и укрепления здоровья человека в любом возрасте, развитие мотивации улучшения физической формы и спортивных достижений;
- Проведение Международного лагеря активного долголетия – МЛАД;
- Презентация нового направления в Фитнесе «Outdoor Фитнес»;
- Разработка и обсуждение концепции Русского клуба скандинавской ходьбы в России;
- Новые подходы в организации активного туризма по европейским стандартам.

Фестиваль организован Русской школой скандинавской ходьбы (РШСХ) при поддержке производителя спортивной одежды компании STAYER и торгового бренда ILUUM, при участии Союза Пенсионеров России", спортивной базы «Кавголово», Общества любителей финской ходьбы.

Фестиваль ориентирован на всех активных и прогрессивно настроенных граждан и руководителей клубов скандинавской ходьбы и активного отдыха. Приглашаем представителей городской и областной власти, руководителей социально ответственного бизнеса, региональных представителей Союза Пенсионеров России, медицинских и социальных работников, врачей и инструкторов ЛФК в санаториях, университетах и школах третьего возраста, руководителей предприятий, заботящихся о здоровье своих сотрудников.

В рамках Фестиваля состоятся:

- Пресс-конференция: «Скандинавская ходьба – вид народной физкультуры» Развитие ходьбы с палками в мире и в России. МЛАД - «Международный лагерь активного долголетия» – как эффективный путь развития

скандинавской ходьбы в социальных государственных и общественных организациях;

- Открытый урок по ходьбе с палками для всех желающих;
- Мастер-классы по суставной гимнастике, йоге и пилатесу;
- Обучающий курс: «Инструктор по скандинавской ходьбе». Методические материалы утверждены Минздравом России;
- Открытый Чемпионат Русского клуба скандинавской ходьбы:

секция «Здоровье» - Команды МЛАД - 3 км,
секция «Фитнес» – 6 км,
секция «Спорт» – 12 км;

- Презентация нового курса «Гид-лидер активного туризма»;
- Отчёты:

1. Зимний лагерь в Финляндии в г. Калайоке, организованном клубом «Энерджи» г. Полярные зори;
2. Фестиваль «Энергия снега» 2013 г. Санкт-Петербург;
3. Активные путешествия Русского клуба скандинавской ходьбы: Грузия, Армения, Кавказ, Крым, Карпаты, Камчатка, Байкал, Алтай, Хибины и по странам Европы;

- Презентации программ Фестивалей 2014 года в Самаре, Тюмени и Анапе.
- Познавательные пешие программы Клуба скандинавской ходьбы «Романтик»
- Представления команд. Дискотека 80-х, бардовская песня.
- Прогулки, встречи, знакомства, обмен опытом, песни у костра.
- По окончанию программы Фестиваля, со 2 по 8 июня две экскурсионные программы:

1. Санкт-Петербург и Царские пригороды см. подробнее
2. Санкт-Петербург(3 дня) и Таллинн (3 дня) см. подробнее

Дополнительно в программу Фестиваля включено:

- Круглый стол руководителей клубов скандинавской ходьбы: Обсуждение концепции и организационной формы Русского клуба скандинавской ходьбы (РКСХ). Учреждение РКСХ на территории России. Обсуждение проекта МЛАД.

Обучающие семинары и мастер-классы проводят:

- к. м. н., научный сотрудник института биорегуляции и геронтологии СЗО РАМН СПб, старший научный сотрудник лаборатории демографии старения, гл. врач санатория «Детскосельский» Виктор Георгиевич Палагнюк;
- тренер Русского клуба скандинавской ходьбы г. Санкт-Петербург – Сенько Наталья;
- директор Русской школы скандинавской ходьбы - Карпова Ирина.

Место проведения Фестиваля: Ленобласть, пос. Токсово, база отдыха Кавголово, улица Санаторная, дом 35а; *Сайт*: www.kavgolovo-spb.ru.

Стоимость:

Курс «Инструктор по скандинавской ходьбе» – 3600 рублей

Не включая проживание и питание.

Стоимость участия в Фестивале - 1200 рублей.

В стоимость включено:

- участие в Чемпионате по скандинавской ходьбе, мастер-классах, лекциях (кроме обучающего семинара), презентациях и развлекательных мероприятиях;
- памятные сувениры, праздничный ужин, трансфер: платформа Токсово – база отдыха Кавголово (туда и обратно).

Проживание и питание на базе «Кавголово»:

Стоимость проживания – 550 рублей и 750 рублей сутки

Стоимость питания – 450 рублей сутки

Подробнее: www.kavgolovo-spb.ru.

Общая информация:

Детализированную программу Фестиваля, программу обучающих семинаров, экскурсионные программы высылаем по запросу.

По всем вопросам обращайтесь к руководителям городских клубов, а так же в оргкомитет в СПб:

Оргкомитет:

По общим вопросам Фестиваля телефоны поддержки Санкт-Петербург:

8 812 3851128 (98) Анастасия, Наталья с 11-00 до 18-00

+7 931 354 1 777 Карпова Ирина

+7 964 342 28 03 Антон Свияженинов

+7 921 312 08 20 Валерий Богомолов

e-mail: ***info@onwf.ru***,

скайп: onwf.russia

Присоединяйтесь!

Скандинавская ходьба – это путь к здоровью, общению и активному долголетию.