



Wójt Gminy Mirzec - Mirosław Seweryn
Mirzeckie Towarzystwo Sportowe „LEONARD”
oraz Biblioteka i Ośrodek Kultury Gminy Mirzec

ZAPRASZAJĄ NA

RODZINNY PIKNIK ZDROWIA

26 CZERWCA 2022 r. AMFITEATR W MIRCZU



STREFA
ZDROWIA
14:00 - 18:00

- BEZPŁATNY POMIAR CIŚNIENIA, POZIOMU CUKRU, SATURACJI
- SZKOLENIE Z ZAKRESU PIERWSZEJ POMOCY
- PORADY Z ZAKRESU REHABILITACJI
- BEZPŁATNE BADANIE WZROKU I SŁUCHU
- PUNKT KONSULTACYJNO - INFORMACYJNY „CZyste Powietrze”

STREFA
SPORTU

V OGÓLNOPOLSKI BIEG PO ZIEMI MIRZECKIEJ

Kategorie biegowe:

1. Bieg SKRZATÓW
- (rocznik 2016 i młodszy) - dystans 150 metrów.
2. Bieg ŻAKÓW
- (rocznik 2013 - 2015) - dystans 250 metrów.
3. Bieg wczesnoszkolny
- (rocznik 2011 - 2012) - dystans 400 metrów.
4. Bieg szkolny
- (rocznik 2009 - 2008) - dystans 800 metrów.
5. Bieg szkolny dzieci starszych
- (rocznik 2007 - 2008) - dystans 1000 metrów.
6. Bieg OPEN kobiet - dystans 3000 metrów.
7. Bieg OPEN mężczyzn - dystans 6000 metrów.

Harmonogram biegów:

13:00 - zapisy na biegi

14:00 - rozpoczęcie IV Ogólnopolskiego Biegu
po Ziemi Mirzeckiej

18:00 - wręczenie nagród zwycięzcom

Możliwość zapisów:

- Urząd Gminy w Mirczu, pok. 220 - sekretariat
- poprzez stronę internetową www.mirzec.pl
- (pobranie, wypełnienie i przesłanie formularza zgłoszeniowego na adres e-mail: sekretariat@mirzec.pl)

- bezpośrednio w dniu imprezy.

Dla trzech najlepszych zawodników z każdej kategorii biegowej, Wójt Gminy Mirzec wręczy nagrody, dyplomy, medale oraz puchary.

Nagrody zostaną również wręczone dla najmłodszego i najstarszego uczestnika biegu.

STREFA
URODY
14:00 - 18:00

KONSULTACJE Z ZAKRESU
KOSMETOLOGII
I PIELĘGNACJI TWARZY

19:00 - WYSTĘP ZESPOŁU



defis

ZABAWA TANECZNA
DJ TOMASZ GLUZA
20:00 - 22:00

Organizatorzy:

Wójt Gminy Mirzec Mirosław Seweryn
Biblioteka i Ośrodek Kultury Gminy Mirzec
Gminy Ośrodek Pomocy Społecznej w Mirczu

Patronat Medalijny:

TYGODNIK

Gazeta

RADIO

reklimg

gizmo

mirzec

Partnerzy:

• Mirzeckie Towarzystwo Sportowe „LEONARD”