

Konferencje pt.
„Nordic Walking na receptę”

Miejsce: AWFIS Gdańsk – sala kongresowa

15 grudnia 2018

Ramowy program konferencji

Godzina	Informacja	Temat
9:00 – 9:55	Rejestracja uczestników	Sala kongresowa - foyer
10:00 – 10:15	prof. Grzegorz Raczak	Przywitanie Uczestników, Omówienie idei projektu ogólnopolskiego „NW na receptę” i jego rozwoju
10:15 – 10:30	Prezentacja – Prezes PFNW Olgiert Bojke	10 sezon cyklu zawodów „Puchar Polski Nordic Walking”. Przedstawienie kalendarza na 2019 rok
10:30 – 11:00	Wykład – prof. Wojciech Drygas	Czy systematyczna aktywność fizyczna wpływa na długowieczność?
11:00 – 11:30	Wykład – Daniel Wojtasiński	Podsumowanie projektu Nordic Walking na Receptę w liczbach
11:30 – 12:00	Przerwa kawowa + pamiątkowe zdjęcie	
12:00 – 12:30	Wykład – prof. Jędrzej Antosiewicz	Marsz z kijami poprawia nie tylko wydolność - biochemiczne aspekty treningu Nordic Walking
12:30 – 13:00	Wykład – prof. Barbara Duda-Biernacka	Osteoporoza a aktywność fizyczna
13:00 – 13:30	Wykład – prof. Wojciech Ratkowski	Do biegu marsz – czyli mistrz biegania o NW
13:30 – 13:45	Rosja, Białoruś, Polska	'National Cup" - podpisanie umowy o współpracy
13:45 – 14:00	Podziękowania	uroczyste wręczenie wyróżnień dla instruktorów i trenerów
14:00	Posiłek	

