

Polska

Informacja prasowa

Marsz po zdrowie – w woj. zachodniopomorskim rusza Akademia Zdrowia Santandera

- 9 maja rozpocznie się cykl bezpłatnych treningów nordic walking w ramach Akademii Zdrowia Santandera.
- Treningi będą odbywać się w Mielnie oraz Szczecinie w każdy wtorek przez 17 tygodni.
- Ambasadorkami akcji są Justyna Kowalczyk, pięciokrotna medalistka olimpijska w biegach narciarskich i czterokrotna zdobywczyni Kryształowej Kuli, a także znani polscy aktorzy Tamara Arciuch i Bartłomiej Kasprzykowski.

05 maja 2017 Akademia Zdrowia Santandera to ogólnopolska akcja, której celem jest propagowanie ruchu i zdrowego trybu życia. Już 9 maja w jej ramach odbędą się pierwsze bezpłatne i ogólnodostępne treningi nordic walking w wybranych miejscowościach w całej Polsce. Patronat nad akcją objęła Justyna Kowalczyk, pięciokrotna medalistka olimpijska w biegach narciarskich i czterokrotna zdobywczyni Kryształowej Kuli, a także znani polscy aktorzy Tamara Arciuch i Bartłomiej Kasprzykowski.

Zajęcia będą odbywać się w każdy wtorek o godz. 18.00 i będą trwały do 29 sierpnia. Ćwiczenia potrwać około godziny. Zajęcia w Mielnie poprowadzi Arkadiusz Kozak, trener z Polskiej Federacji Nordic Walking – zbiórka odbywa się przy Punkcie Informacji Turystycznej przy ul. Lechitów 25. W Szczecinie opiekę trenerską będzie sprawował Michał Mariankowski, a miejsce spotkań uczestników to Parking Leśny przy Restauracji „Oberża Chłopska” przy ul. Arkońskiej.

Więcej informacji na temat zajęć znajduje się na stronie:
<https://www.santanderconsumer.pl/akademia-zdrowia/akademia/>

– Spacer z kijkami to nowy trend wśród aktywnych Polaków. Uprawia go już ponad 3 mln ludzi w naszym kraju. Nordic walking poprawia naszą kondycję fizyczną, redukuje stres oraz pozytywnie wpływa na stan zdrowia psychicznego – zachęca Mirosława Krzyścin, koordynator Akademii Zdrowia Santandera.

Technika to podstawa

Treningi w ramach Akademii Zdrowia Santander, to idealna okazja do rozpoczęcia przygody z nordic walking, a także opanowania techniki poprawnego chodzenia pod okiem profesjonalnego instruktora.

– Podczas zajęć trenerzy pokażą uczestnikom, jaka powinna być prawidłowa postawa podczas chodzenia, podstawowe kroki, a także skorygują dotychczasowe błędy. Pamiętajmy, że odpowiedni sposób chodzenia to klucz do efektywnego i zadowalającego treningu – mówi Robert Brzeziński z Polskiej Federacji Nordic Walking, ekspert Akademii Zdrowia Santander

Treningi będą odbywały się na świeżym powietrzu. Co ważne są bezpłatne. Może w nich wziąć udział każdy, bez względu na wiek czy poziom kondycji fizycznej. Wystarczy spakować sportowe buty, wygodną odzież oraz kijki.

– W ubiegłorocznej edycji Akademii wzięło udział prawie 2,5 tys. osób, które łącznie przeszły z kijkami ponad 12 tys. km, wspomagając w ten sposób swoje zdrowie. Podczas zajęć tworzyły się nowe przyjaźnie, ale także dokonywała się integracja międzypokoleniowa. Warto wspomnieć, że najmłodszy uczestnik treningów miał 4 lata, a najstarszy – 86. Jak widać przygodę z nordic walking może zacząć każdy. To również idealny sport dla całych rodzin – zaczynając na dzieciach a na dziadkach kończąc – mówi Mirosława Krzyścin, koordynator Akademii Zdrowia Santander.

W aktualnej edycji uczestników Akademii Zdrowia Santander wspierać będzie troje ambasadorów: pięciokrotna medalistka olimpijska w biegach narciarskich i czterokrotna zdobywczyni Kryształowej Kuli Justyna Kowalczyk oraz znani polscy aktorzy Tamara Arciuch oraz Bartłomiej Kasprzykowski.

Akademia Zdrowia Santander to ogólnopolska akcja zorganizowana przez Santander Consumer Bank, której celem jest propagowanie ruchu i zdrowego trybu życia. Ambasadorami Akademii Zdrowia Santander są Justyna Kowalczyk, pięciokrotna medalistka olimpijska w biegach narciarskich i czterokrotna zdobywczyni Kryształowej Kuli, a także znani polscy aktorzy Tamara Arciuch i Bartłomiej Kasprzykowski.

W ramach Akademii Zdrowia Santander odbywa się cykl bezpłatnych i ogólnodostępnych zajęć nordic walking. Ta cenna inicjatywa organizowana przez Santander Consumer Bank wspólnie z Polską Federacją Nordic Walking została objęta patronatem przez Ministerstwo Sportu i Turystyki. Zajęcia umożliwiają rozpoczęcie przygody z nordic walking pod okiem wykwalifikowanych instruktorów. Raz w tygodniu, we wtorek, od maja do sierpnia, w 25 miejscowościach w Polsce przez godzinę można się nauczyć prawidłowej rozgrzewki oraz podstawowych kroków nordic walking. Treningi są przeznaczone dla każdego, bez względu na doświadczenie, wiek czy poziom sprawności fizycznej. Wystarczy założyć wygodny strój i zabrać ze sobą dobry humor oraz kijki do nordic walking.



Santander Consumer Bank jest jednym z liderów rynku consumer finance w Polsce. Oferuje klientom szeroki zakres produktów obejmujący kredyty na nowe i używane samochody, kredyty gotówkowe, kredyty ratalne, karty kredytowe oraz lokaty. Produkty dystrybuowane są poprzez sieć oddziałów, salony i komisje samochodowe oraz sklepy i punkty usługowe.

Więcej informacji znajdą Państwo na stronie:

<https://www.santanderconsumer.pl/akademia-zdrowia/akademia/>

Zapraszamy do kontaktu:

Agata Brańska

Clear Communication Group

kom. +48 512 370 490

email: ab@clearcom.pl