

## ДЕНЬ ХОДЬБЫ С СОЮЗОМ РЕВМАТИЗМА

В субботу, **04 сентября 2021 с 12:00-16:00**  
**В Пылва, на певческом поле Интсикурму**  
Метса 11, Пылва 88103, Пылваский уезд

### ПРОГРАММА:

- 12.00** – Вступительное слово
- 12.10** – Обучение ходьбы с палочками Экспресс – Нэлли Пылдмяэ, Эстонский Союз Ходьбы с палочками
- 12.45** – Открыты треки для ходьбы – 1км ja 3 км
- 13.45** – Оздоровительные консультации, измерения и пауза для обеда
- 14.30** – Методы китайского исцеления – Рийна Хейн, преподаватель исцеления Zhong Yuan Qigong
- 15.15** – развлечение: местные фольклористы, музыканты (гармонист и др)
- 15.55** – окончание

Проводятся консультации по здоровью, измерения показателей и советология. На месте проводится также продажа оздоровительной продукции.

Увлекающимся ходьбой с палочками просим взять палочки с собой.  
На месте арендуется ограниченное количество палочек.

### МЕРОПРИЯТИЕ ДНЯ ХОДЬБЫ БЕСПЛАТНОЕ !

Контроль здоровья участников (наличие справки необходимо).

Инфо: **Ingrid Põldmaa**, руководитель проекта, [ingrid@reumaliit.ee](mailto:ingrid@reumaliit.ee)

Организаторы оставляют за собой право делать в программе изменения.

### ОРГАНИЗАТОРЫ:

EESTI  REUMALIIT

õlva Reumaühing

### СПОНСОРЫ, ПАРТНЕРЫ:

