

## AKTYWNOŚCI W PLENERZE CZEKAJĄ!

**Jesień za progiem, ale organizatorzy akcji „Olsztyn. Aktywnie!” nie spoczywają na laurach. W najbliższy weekend 20-21 września 2014 r. przygotowali kilkanaście propozycji dla młodszych i starszych amatorów aktywności fizycznej, w tym wycieczki piesze, rowerową i kajakową.**

Tradycyjnie wstępem do weekendowych atrakcji będzie **trening bokserski**, który odbędzie się już **w czwartek 18 września 2014 r.** o godz. 16.30 (sala Zespołu Szkół Budowlanych).

**W sobotę 20 września 2014 r.** jako pierwsi wyruszą w plener miłośnicy ekstremalnych przeżyć na wysokości. O godz. 9.30 otworzy przed nimi swojej podwoje **Leśny Park Linowy** w Lesie Miejskim.

Prawdziwy wysyp zajęć zaplanowano na godz. 10.00. Rozpocznie się wtedy trening **żeglarstwa** (Plaża Miejska) i strzelectwa sportowego (Strzelnica LOK-u w Lesie Miejskim). 45 osób będzie mogło wziąć udział w **tanecznym maratonie fitness „Pożegnanie lata z Sylwetką”** (klub fitness „Sylwetka”). W programie zajęcia dance, reagge dance i zumbi.

Również na godz. 10.00 wyznaczili sobie spotkanie uczestnicy kolejnej **wycieczki pieszej z cyklu „Przewodnik czeka”** (przystanek autobusowy w Słupach). Jej temat brzmi „W poszukiwaniu Króla Ryb - jezioro Wadąg”, a trasa będzie wiodła wokół akwenu. Blok sobotnich aktywności zakończą miłośnicy **pływania smoczymi łodziami**, którzy wyruszą na jezioro Ukiel o godz. 12.00 na ostatnią wyprawę w tym sezonie (Harcerska Stanica Wodna „Bryza”).

**W niedzielę 21 września 2014 r.** o godz. 9.30 spotkają się uczestnicy rodzinnych **marszobiegów** (stadion w Kortowie) i kolejnego **spływu kajakowego** (dawny przystanek autobusowy w Rusi). Ci ostatni popłyną w dół Łyny (18 km), odwiedzając po drodze Jezioro Kielarskie, mijając Bartąg i dzielnicę Olsztyna, a zakończą imprezę przy zamku kapituły warmińskiej.

O godz. 10.00 rozpocznie się kolejny spacer **nordic walking** (przy kościele Bogurodzicy Dziewicy Matki Kościoła na Jarotach), którego trasa (ok. 12 km) powiedzie nad jezioro Bartąg. Również na godz. 10.00 przewidziano kolejne zajęcia **strzelectwa sportowego** (Strzelnica LOK-u w Lesie Miejskim) i start **krótkiego rajdu rowerowego** (sprzed ratusza). Uczestnicy wycieczki „Szlakiem św. Jakuba” (ok. 44 km) odwiedzą Dajtki, Łupstych, Leśniczówkę Szeląg, Szelążek, Kolonię Nagłady, Gietrzwałd, Łajsy, Unieszewo, Sząbruk, Naterki i Gronity.

Najmłodszy, którzy będą chcieli wziąć udział w **wycieczce z cyklu „Zdobynamy Siedmiomilowe Buty”**, wiodącej wzdłuż jeziora Ukiel, spotkają się o godz. 10.30 (przy Zespole Szkół Ekonomicznych), zaś osoby ćwiczące **pilates** – o godz. 11.00 (Plaża Miejska). Cotygodniowe **zajęcia szkoły golfowej** jak zwykle odbędą się w godz. 12.00-13.00 (Mazury Golf & Country Club w Naterkach).

Jeśli w tę niedzielę ktoś poczuje niedosyt, może jeszcze zgłosić się do udziału w **biegu „Dożynkowa Piątka”** w ramach Biegowego Pucharu Olsztyna (Park im. Janusza Kusocińskiego) Start o godz. 9.30.

Zajęcia organizowane w ramach akcji „Olsztyn. Aktywnie!” w większości są bezpłatne i ogólnie dostępne. Zwykle jednak organizatorzy wymagają wcześniejszej rezerwacji miejsca - w trybie ustalonym indywidualnie dla każdej dyscypliny. Szczegółowy program akcji dostępny jest w naszym kalendarzu i na [www.aktywnie.olsztyn.eu](http://www.aktywnie.olsztyn.eu).

[www.visit.olsztyn.eu](http://www.visit.olsztyn.eu)