Кемерово примет участие во всероссийском проекте «Ходи, Россия!». 22 марта, в 13.00 в линейном парке на бульваре Строителей состоится фестиваль «Ходи, Кузбасс!»

Организаторы – Добровольный физкультурный союз, возглавляемый российской фигуристкой Ириной Слуцкой. Мероприятие пройдет при поддержке Совета по вопросам попечительства в социальной сфере Кемеровской области, администрации Кемеровской области, администрации Кемерова.

Откроет фестиваль Ирина Слуцкая, серебряный призёр Олимпийских игр 2002 года, бронзовый призёр Олимпийских игр 2006 года, двукратная чемпионка мира. Среди приглашенных гостей – **Марко Кантанева, мировая легенда,** идеолог, основатель первых обучающих программ по скандинавской ходьбе, финский лыжник. Он готов поделиться секретами мастерства, зарядом бодрости и неиссякаемой энергией со всеми гостями праздника. **22 марта в парк на бульваре Строителей** приглашаются все любители активного образа жизни: как профессионалы, так и любители, начинающие спортсмены. Для них на площадке будут работать две группы мастер-классов. Шеф-инструкторы расскажут новичкам, как контролировать осанку, покажут безопасные упражнения, а также познакомят с техникой северной ходьбы и отработают со всеми желающими первоначальные навыки. Для опытных спортсменов мастера проведут интервальную тренировку, продемонстрируют специальные элементы.

Предусмотрен отдельный мастер-класс для людей, страдающих диабетом. Профессионалы готовы ответить на вопрос, как скорректировать нагрузку и интенсивность занятий при данном заболевании. Кроме того, на фестивале будут работать представители Областного центра медицинской профилактики, на отдельной площадке можно измерить уровень глюкозы в крови и проконсультироваться со специалистом.

Подробная программа фестиваля размещена на сайте **https://www.dobrofiz.ru/hodi-rossiya**

.