



DRAUGŲ IR SPORTO ŠVENTĖS 2022 PROGRAMA

14.00 Šventės atidarymas

Sveikinimo žodžiai šventės dalyviams, mergaičių gimnasčių pasirodymas ir aktyvus apšilimas drauge su „Afrikos būgnais“ bei „Judesio laboratorijos“ šokėjais. Šventinį ritmą palaikys nuotaikinga DJ komanda, kurioje gros regėjimo negalią turintys vaikinai.

14.20 Bėgimo su triračiais varžybos *Frame Running Vilnius Open*

14.20 – 14.35 100 m bėgimas (moterys, mergaitės)

14.35 – 14.50 100 m bėgimas (vyrai, berniukai)

Su varžybų nuostatais galima susipažinti: <https://www.framerunning-triraciai.lt/wp-content/uploads/2022/08/Nuostatai-Frame-running-Vilnius-Open-2022.pdf>

15.00 Vežimėlių slalomas

Dalyvius kviesime įveikti specialiai paruoštą trasą, kurioje reikės vikrumo ir išmanumo. Išbandyti rungtį turės galimybę ir ne vežimėliuose judantys žmonės.

15.30 Orientacinis žaidimas (komandinis)

Komandos narių skaičius neribojamas. Komandoms taškai bus skiriami už atliktas įvairias užduotis. Trys daugiausiai taškų surinkusios komandos bus apdovanojamos. Žaidimui komandą galima registruoti iš anksto el. paštu centraseik@gmail.com

16.15 Apdovanojimai

16.30 Vaišės

Aktyviai sportavusius ar sportuojančius draugus palaikiusius dalyvius pakviesime užsiregistruoti ir pasiimti gardų ir sveikuolišką maisto rinkinuką.

17.00 Šventės uždarymas

Nuolatinės veiklos „Draugų ir sporto šventėje“



Žaidimų ir edukacijų zona

Mažiausius šventės dalyvius Centro „Eik“ edukatorės pakvies susipažinti su muzikos terapija, kartu piešti ir lipdyti, o aktyvioji „Tapk čempionu“ komanda paruos linksmy žaidimų visai šeimai.



Kineziterapijos ir sveikatinimosi zona

Rūpestingieji Centro „Eik“ kineziterapeutai bus pasiruošę čia pat pagelbėti ir patarti, kaip sportuoti ne tik smagiai, bet ir saugiai.



Smaližių zona

Pasportavus atgauti jėgas šventės dalyviams padės gardūs „Kavos galia“ gėrimai ir su meile pagaminti socialinio restorano „Pirmas blynas“ vafliukai.