

- [Przejdź do menu głównego ALT + 0](#)
- [Przejdź do treści ALT + 1](#)
- [Mapa strony ALT + 2](#)
- [panel WCAG ALT + 3](#)
- [Przejdź do wyszukiwarki ALT + 4](#)
- [Deklaracja Dostępności ALT + 5](#)



Urząd Miasta Ciechanów

<https://www.umciechanow.pl//main/aktualnosci/Przypominamy-w-niedziele-Ciechanowskie-Swieto-Kobiet/i-dn:5979/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

# Przypominamy, w niedzielę Ciechanowskie Święto Kobiet

08 marca 2019

**kategoria:**

Aktualności strona główna

**Wydarzenia wpisujące się w Ciechanowskie Święto Kobiet zaplanowane są 10 marca w hali sportowo-widowiskowej przy ul. Kraszewskiego 8 w godz. 12.00-17.00. Prócz stoisk informacyjnych, pokazów, występów, warsztatów, wykładów odbędzie się bieg na 3 km, który wystartuje sprzed hali. Święto będzie miało charakter charytatywny.**

Otwarcie Ciechanowskiego Święta Kobiet zaplanowane jest na godz. 12.00. Chwilę później będzie miał miejsce pokaz samoobrony KRAV MAGA. Na godz. 12.40 przewidziany jest wykład Karoliny Dołęgowskiej „Chcesz osiągnąć sukces bądź szczęśliwy”. O godz. 13.10 wystąpi Łukasz Juszkievicz, o godz. 13.40 odbędzie się pokaz pole dance i TRX a o godz. 14.05 pokaz samoobrony „Bezpieczna ciechanowianka”. O godz. 14.30 zaplanowano wykład Joanny Salwy „Zdrowie zaczyna się w głowie” a o godz. 15.00 koncert zespołu Active. Po koncercie będzie czas na przygotowanie do biegu i rozgrzewkę. Bieg odbędzie się o

godz. 16.00. Konieczna jest wcześniejsza rejestracja. O godz. 16.45 losowane będą nagrody. Wydarzeniom przez cały dzień będą towarzyszyły stoiska informacyjne dotyczące promocji zdrowia, aktywności zawodowej, edukacji, rozwoju osobistego, wsparcia psychologicznego, porad żywieniowych i kondycji fizycznej.

Podczas Ciechanowskiego Święta Kobiet zbierane będą środki na leczenie Anety Murawskiej.

Wydarzenie organizuje stowarzyszenie Mazovia ProActiv przy wsparciu Urzędu Miasta Ciechanów, we współpracy z MOSiR Ciechanów. Wydarzenie wspierane jest również przez sponsorów.

[poprzednia](#) [powrót do listy aktualności](#) [następna](#)