**PROGRAM 19. PIKNIKU OLIMPIJSKIEGO***3 czerwca 2017, Park Kępa Potocka (Warszawa, Żoliborz)*

* **Alpinizm**
* Filmy z wypraw alpinistycznych
* Prezentacja ekwipunku himalaisty: stroje, namiot, wyposażenie
* Quiz i nagrody
* Zdjęcia/kartki z autografami
* Spotkania i rozmowy z himalaistami w podziale na godziny
* **Badminton**
* 12:05 ABC badmintona - podstawowe zasady
* 12:20 Konkurs badmintonowy dla dzieci
* 12:40 Zapisy do turnieju badmintona - gry pojedyncze
* 12:50 Mecz pokazowy kadry (lub instruktorów)
* 13:00 Rozpoczęcie rozgrywek turnieju singlowego
* 14:00 ABC badmintona
* 14:10 Konkurs gier i zabaw badmintonowych dla rodzin
* 14:40 Pokazy gry w powerizer’ach
* 14:50 Pokazy gry w crossmintona
* 15:00 Mecz pokazowy gier podwójnych kadry (lub instruktorów)
* 15:15 Turniej gier deblowych rodzinnych
* 16:15 Konkurs gier i zabaw badmintonowych dla rodzin z dziećmi
* 16:45 ABC badmintona
* 17:00 Turniej gier mikstowych
* 17:50 Konkursowe gry i zabawy dla wszystkich
* 18:00 Konkurs na hasło popularyzujące badmintona
* 18:10 Rozgrywki konkursowe: odbicia dwoma lotkami
* 18:30 Szczęśliwe zakończenie i pożegnanie gości
* Non-stop gry w badmintona dla wszystkich na boiskach rekreacyjnych
* **Bobsleje i skeleton**
* Bobslej czteroosobowy - możliwość zdjęć indywidualnych
* Ścieżka startowa wraz z treningowym bobslejem - możliwość sprawdzenia się
* Spotkania z reprezentantami Polski (zawodnicy z minimami na ZIO w PyeongChang 2018
* **Bocce i boule**
* Turniej celności i precyzji rzutów w boule
* Gry pokazowe
* Rozgrywki dla publiczności
* XV Otwarte Mistrzostwa Warszawy w Bocce
* I Otwarte Mistrzostwa Warszawy w Wieloboju Kulowym Bocce (trzy konkurencje celności)
* **Boks**
* Szermierka na pięści dla najmłodszych (nauka podstaw, walka z cieniem, tarcze z trenerem)
* Pokaz walk zawodników 06 Kleofas AZS AWF Katowice oraz Żoliborskiej Szkoły Boksu
* Pokaz podstawowych technik bokserskich
* Przedstawienie zasad walki bokserskiej
* Zabawy na workach i gruszkach bokserskich
* Walki z użyciem gigantycznych rękawic
* Zdjęcia z mistrzami boksu olimpijskiego w skali 1:1
* **Biathlon**
* Pokaz filmów, zdjęć, materiały promocyjne o biathlonie
* Prezentacja sprzętu - narty, karabin
* Stanowisko do smarowania nart i demonstracja
* Trenażer narciarski
* Zawodnicy kadry narodowej
* Możliwość robienia zdjęć, zebrania autografów
* Strzelnica
* **COS**
* Pchnięcie kulą
* Rzuty do kosza
* Siatkówka
* Piłka nożna
* Sporty walki
* Strzelanie do tarcz pistoletami laserowymi
* Slalom narciarski
* Unihokej
* Ergometry
* **Ciężary - sporty siłowe**
* Trening z siłaczami - ćwiczenia mistrzów
* Wspólna rozgrzewka z Mistrzem
* Pokazy ćwiczeń sprawnościowych, siłowych, ogólnorozwojowych (każdy może wżąć udział)
* Lekcja o sportach siłowych
* Otwarty trening z Konradem Jaworowskim, mistrzem w wyciskaniu sztangi
* Pokazowe show sportów siłowych
* Podnoszenie ciężarów:
- Wyciskanie sztangi na ławce
- Podnoszenie hantli na wyciągniętej ręce
- Wyciskanie sztangi na biceps
- Na siłę chwytu
- Podnoszenie śliskiego ciężarka
* Konkursy i zabawy ruchowe dla piknikowiczów z nagrodami
* Badanie na specjalnym urządzeniu „Czy masz talent siłacza?”:
- Testy na siłę z nagrodami
- Na ściskaczu, uchwycie
- Konkurs „Rzut czeskiej piłki dla odległość”
* STRONGMAN-MINI - zawody dla dzieci
* Eliminacja oraz 5 dyscyplin sportowych:
- Podnoszenie 1 kilogramowej hantli wciągu 1 minuty
- Przysiady ze sztangą (1 kg) przez 1 minutę
- Tor przeszkód
- Obracanie koła
- Konkurencja farmer
* Pokazowe show w siłowaniu na rękach „Vendetta Armfight”
* Widowiskowa walka między mistrzami Polski, zawodnikami kategorii super ciężkiej +110kg
* Konkursy sportowe z rodzinami
* Turniej drużyn 6-osobowych
* Stół do armwrestlingu, gdzie każdy może podejść i spróbować swoich sił pod okiem zawodników
* Podnoszenie ciężarów ze styropianu dla dzieci
* Konkurs rysunkowy "Narysuj siłacza"
* Konkursy dla publiczności
* **Curling**
* Warsztaty plastyczne dla dzieci - poznajemy curling
* Prezentacja curlingu, malowanie, lepienie z plasteliny, wycinanie kamienia ze styropianu
* Turniej curlingu stołowego
* Indywidualny turniej curlingu na torze
* Konkurs sportowy dla młodzieży
* Konkurs sportowy dla rodzin - sztafeta
* Zagraj w curling z medalistą EYOF
* Pokazy na lodowisku - wprowadzenie do curlingu, zasady
* Mecz pokazowy
* Mecz z publicznością
* **Family for family**
* Mini-koszykówka
* Turnieje na celność
* Zawody sprawnościowe i w kręceniu hula-hop
* Mega kółko i krzyżyk
* Ćwiczenie w precyzji łapaniu motyli
* Quizy i zagadki sportowe
* Punkt promocyjno-informacyjny o Family for Family
* **Fair Play**
* Pokazy fitness
* Krótkie układy taneczne
* Pokaz żonglerki
* Dawne zabawy i gry
* Prezentacja Wiedeńskiego Sytemu Testów Komputerowych
* Ocena poziomu wybranych KZM
* Malowanie twarzy
* Malowanki olimpijskie
* Zadania FAIR PLAY do wykonania na czas
F - skoki przez skakankę
A - rzut piłką
I - krążenie piłką między nogami
R - kręcenie hula-hop
P - wykreślanka
L - liczbówka
A - quiz
Y - znajomość udzielania pierwszej pomocy
* Stoisko Poczty Polskiej z okolicznościową kartą pocztową i datownikiem
* **Gimnastyka**
* Konkurs wiedzy o gimnastyce artystycznej z nagrodami
* Konkurs rysunkowy dla dzieci dot. gimnastyki artystycznej
* Układanie dużych puzzli z gimnastyczkami
* Foto-banner z gimnastyczkami
* Rozgrzewka i ćwiczenia rozciągające
* Testy sprawnościowe z nagrodami
* Otwarty trening gimnastyki artystycznej
* Pokazy gimnastyczne układów startowych i pokazowych
* Zajęcia ruchowe z elementami gimnastyki dla dzieci
* **Green Velo**
* 7-metrowa kapsuła 5D - filmy o szlaku Green Velo
* Bezpłatnie wydawnictwa oraz mapy szlaku Green Velo
* Spis najciekawszych atrakcji turystycznych znajdujących się na szlaku Green Velo
* **Hokej na lodzie**
* Kącik historyczny (archiwalne zdjęcia z najważniejszych wydarzeń
* Kącik multimedialny (filmy z najładniejszymi akcjami oraz najważniejsze wydarzenia)
* Kącik techniczny (ekspozycja sprzętu, serwis techniczny)
* Kącik sportowca (możliwość przymierzenia sprzętu i zrobienia zdjęć)
* Konkursy strzału do bramki
* Konkurs sprawnościowy
* Konkurs ze znajomości historii hokeja na lodzie
* Pokaz zręcznościowy wykonywany przez zawodniczki Kadry Narodowej Seniorek
* Pokaz strzałów na bramkę z udziałem zawodników i zawodniczki Reprezentacji Polski
* Mecz dwóch zawodników na dwóch z udziałem zawodniczek KN Polski Seniorek
* Wizyta zawodników Kadry Narodowej Seniorów w hokeju na lodzie
* Pokaz ostrzenia łyżew i przygotowania sprzętu hokejowego do meczu
* Występ zespołu dziewczynek w hokeju na lodzie
* **Kajaki**
* Zawody kajakowe w pływaniu na orientację
* Szkółka kajakowa dla dzieci i młodzieży
* Pokazy freestyle’u kajakowego
* Slalom z wiosłem na lądzie dla dzieci młodszych
* Rzuty rzutką kajakową do celu
* Quiz wiedzy nt. znajomości rzek polskich
* Budowanie kajaków i tworzenie innych kompozycji z PlayMais’ów
* Wycieczki po jeziorku pod opieką instruktorów
* „Kula wodna”
* Wypożyczalnia kajaków
* Możliwość spotkania się w jednej osadzie z zawodnikiem
* **Krykiet**
* Mecze pokazowe
* Mecze z udziałem publiczności
* Zapoznanie z zasadami gry w krykieta i jego historią
* Możliwość przymierzenia stroju krykietowego i treningu
* Trening w  profesjonalnej siatce krykietowej
* Nauka podstaw bowlingu, battingu, wicket-keepingu oraz fieldingu
* Spotkania z zawodnikami Warsaw Hussars Cricket Club
* Konkursy bowlingu (miotania)
* Konkursy battingu (odbijania)
* Konkursy fieldingu (rzuty do celu oraz wyłapywanie piłek)
* **Lekka atletyka**
* Strefa edukacyjna

- polscy lekkoatleci w historii Igrzysk Olimpijskich oraz trening sportowy

- zasady zdrowego żywienia

- biegi amatorskie (we współpracy z „Biegam Bo Lubię”)

- fundacja im. Kamili Skolimowskiej: pomoc sportowcom, kącik zabaw plastycznych

* Strefa aktywności

- bieżna tartanowa z fotofiniszem

- skocznia do skoku wzwyż

- 4 stacje do zabaw lekkoatletycznych

- możliwość wypróbowania swoich w wybranych konkurencjach lekkoatletycznych pod okiem profesjonalnych zawodników

* Rywalizacja olimpijska

- 2 stacje edukacyjne - zdrowe żywienie i historia igrzysk

- bieg sprinterski ze startem z bloku

- skok wzwyż

- 4 stacje zabaw lekkoatletycznych

* **LOTTO**
* Ergometry wioślarskie
* Robert Sycz, ze swoją łodzią wioślarską i przeprowadzi na niej instruktaż wiosłowania
* Otwarte wyścigi dla dzieci i dorosłych na dystansie 200 m
* Otwarte wyścigi dla kobiet i mężczyzn na dystansie 500 m
* Quizy związane ze startem polskich sportowców w igrzyskach oraz działalnością PKOl
* Konkurencje „Zmierz się z mistrzem”
* Prowadzenie stoiska - Kajetan Broniewski, brązowy medalista olimpijski z Barcelony
* Medale i gadżety dla wszystkich uczestników
* Namiot sferyczny Fundacji LOTTO (wokół namiotu: leżaki, hamaki, parasole)
* Warsztaty i gry dla dzieci z „Alexandrem”:
- Magiczne Mozaiki - kreatywna zabawa edukacyjna dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Do dyspozycji plansza z mnóstwem otworów, w których należy umieścić różnej wielkości kolorowe elementy, by stworzyć rozmaite wzory i obrazy. Istnieje niemal nieskończona ilość kombinacji, do wykonania różnorodnych ilustracji;
- Piaskowe Malowanki - artystyczna zabawa malowania piaskiem, pochłaniająca dzieci bez reszty, jak np.: Pingwiny z Madagaskaru, Przygody Koziołka Matołka, Zostań małym artystą, Dora poznaje świat, Era dinozaurów, itp.;
- Mały Konstruktor - zabawa dla kreatywnych dzieci! Uwielbiasz majsterkować? Skręcać? Rozkręcać? Poznaj Małego Konstruktora - zdobywcę tytułu „Zabawka Roku 2016”! Wystawa wykonanych przez dzieci modeli;
- Nawlekaj nie czekaj - gra dla dzieci zarówno młodszych, starszych, jak i dorosłych. W trakcie gry odkryj kartę. Wpatrując się w nią przez kilka sekund, staraj się zapamiętać kolejność kolorów. Po sygnale nawlekaj na linkę jak najszybciej kolorowe kule - zgodnie z układem odczytanym z karty. Gra jest znakomitym treningiem zręczności i świetnym ćwiczeniem pamięci. Można w niej dostosować poziom trudności do możliwości graczy. Sprawdź swoją pamięć i zręczność.
* PlayStations (FIFA 17)
* Kącik do malowania, malowanie buziek, bańki mydlane
* Kącik matki z dzieckiem (z fotelem i przewijakiem dla matek z małymi dziećmi)
* **Łucznictwo**
* Pokazy strzelania z łuków sportowych (olimpijskich, bloczkowych, gołych)
* Konkursy strzelania dla dzieci i dorosłych
* Wystawa profesjonalnych łuków sportowych
* Strzelania rekreacyjne
* Pokazowa gra drużyn (godz.: 10:00 i 15:00)
* Łuczniczy paintball
* **Łyżwiarstwo figurowe**

**Aktywności na tafli**

* Roztańcz się z nami - choreo warm up dla wszystkich
* Rodzinna sztafeta - konkursy dla rodziców z dziećmi i rodzeństw
* Pokazy łyżwiarzy figurowych, mistrzów polski juniorów
* 15‐minutowy instruktaż jazdy na łyżwach na wesoło
* Grupowy układ zawodniczek z klubu ochota warszawa
* W duecie raźniej - nauka elementów w parach, zakończona zabawnym układem

**Stoisko z multimediami**

* Ekspozycja stała - strój oraz sprzęt łyżwiarza
* Rozmowy z zawodnikami, trenerami i olimpijką - Aleksandrą Kauc‐Żelichowską
* Sprawdź się - „Czy mam łyżwiarskie predyspozycje?” - możliwość sprawdzenia się
* Quiz łyżwiarski
* Ostrzenie łyżew
* **Łyżwiarstwo szybkie**
* Prezentacja zawodników kadry olimpijskiej przygotowujących się do ZIO PyeongChang
* Prezentacja strojów reprezentacyjnych i sprzętu łyżwiarskiego
* Prezentacja zdjęć i filmów dotyczących łyżwiarstwa szybkiego
* Konkursy dot. najlepszych wyników sportowych, konkursy sportowe i sprawnościowe
* Trening z olimpijczykiem
* Wyścig na 4 okrążenia
* Wyścig na 6 okrążeń
* **PKN ORLEN**

**Boisko do siatkówki**

* „Lekcja WF-u z Mistrzem” poprowadzona przez reprezentanta Polski Łukasza Kadziewicza, dwukrotnego olimpijczyka oraz wicemistrza świata z 2006 r. (13:00-15:00)
* Nauka gry w siatkówkę
* Animacje na boiskach dla dzieci i młodzieży
* Konkursy z nagrodami dla dzieci i dorosłych, do wygrania oryginalne koszulki siatkarskie
* Mecze pod opieką sędziów
* **Piłka nożna**
* Wielka pneumatyczna bramka do konkursu celności
* Gry i zabawy dla dzieci, mini zabawy rodzinne na małych boiskach
* Pneumatyczne boisko do gry 1x1 i 2x2
* Specjalny tor do strzelania goli dla dzieci
* Konkursy „siatkonogi”
* Badanie na specjalnym elektronicznym urządzeniu sprawności piłkarskiej
* Turniej drużyn 3 osobowych w kategorii szkół podstawowych i gimnazjalnych
* Animacje piłkarskie dla najmłodszych
* **Policja**
* Znakowanie rowerów
* **Polski Komitet Paraolimpijski**
* Stoisko z handbike'ami
* Ergometry wioślarskie
* Boisko do bocci
* Kącik dla dzieci z malowankami, balonami, odblaskami
* Materiały promocyjne
* Wystawa 12 plansz z XV Letnich Igrzysk Paraolimpijskich z Rio (muzeum)
* **Polskie Nadzieje Olimpijskie**
* Wywiady z medalistami olimpijskimi, olimpijczykami i sportowcami
* Wspólne zdjęcia ze sportowcami, autografy
* Fotobudka
* Quiz olimpijski z nagrodami
* Konkursy i zabawy ruchowe z nagrodami
* **Rugby**
* Historia rugby
* Charakterystyka dyscypliny
* Odmiany rugby: 15-osobowa oraz 7-osobowa (w programie igrzysk olimpijskich)
* Rugby TAG dla dzieci - czym jest, zasady gry
* Zabawy i gry z piłkami do rugby
- tor przeszkód
- rzut do celu
- biegi/skoki
- szarża
- kopy do celu
- ćwiczenia na piłkach
- przeciąganie liny
* Zabawy i gry z tagami
* Konkursy z nagrodami
* Zagraj z Mistrzem - obecność najlepszych zawodników z ligowych drużyn
* **Skatepark**
* 11:00-13:00 - treningi dla wszystkich
* 13:00-13:20 - seria pokazów - deskorolka, rolki i BMX
* 13:20-13:30 - pokazy: slalom na rolkach
* 13:30-14:00 - treningi dla wszystkich (open skatepark)
* 14:00-14:20 - seria pokazów
* 14.20-14:30 - pokazy: slalom na rolkach
* 14:30-15:00 - szkółka udziałem instruktorów - deskorolka, rolki i BMX
* 15:00-15:20 - seria pokazów - deskorolka, rolki i BMX
* 15:20-15:30 - pokazy: slalom na rolkach
* 15:30-16:00 - szkółka udziałem instruktorów - deskorolka, rolki i BMX
* 16:00-16:20 - seria pokazów - deskorolka, rolki i BMX
* 16:20-16:30 - pokazy: slalom na rolkach
* 16:30-17:00 - treningi dla wszystkich (open skatepark)
* 17:00-17:20 - pokazy BEST TRICK z udziałem zaproszonych zawodników - deskorolka, rolki i BMX
* **Stefa Zimy - Witaj PyeongChang 2018**
* Skoki narciarskie - czyli narciarski skok w dal na trawie
* Biegi narciarskie - drużynowy slalom w butach narciarskich
* Bobsleje - wyścigi piłeczek w tunelach
* Curling - szorowanie pokładu
* Hokej na lodzie - unihokej na trawie
* Biathlon na wesoło
* Łyżwiarstwo figurowe - rolkowe figury lodowe
* Narciarstwo alpejskie, czyli ślizg po alpejskie mleczko
* Saneczkarstwo- deskorolkowy zawrót głowy
* Snowboard- taniec na krawędzi
* Poszukiwanie śniegu
* Pojedynek na śnieżne kule
* Skoki po krach
* Olimpijskie kalambury
* Lepienie bałwana
* Zimowe zagadki dla najmłodszych
* Na lodowisku
* Zabawa wesoła w olimpijskie koła
* Gdzie jest Soohorang i Bandabi?

Dodatkowe atrakcje

* Dmuchańce
* Dmuchany dart
* Kolorowe warkoczyki
* Malowanie buziek
* Magiczne bańki mydlane
* Balonikowe zwierzątka
* X-BOX kinect (gry i zabawy sportowe)
* Kącik artystyczny (poznajemy dyscypliny Igrzysk, rysujemy flagę Korei Południowej
* Spotkania z Soohorangiem i Bandabim

* **Strefa Idei Olimpijskiej**
* Olimpijskie Koło Fortuny
* Krzyżówka Piknikowa (losowanie nagród)
* Zabawa edukacyjna „Wartości olimpijskie”
* Puzzle olimpijskie PyeongChang
* Malowanie symbolu olimpijskiego i emblematu igrzysk w PyeongChang na bawełnianych torbach
* **Sporty saneczkowe**
* Profesjonalna wieża startowa z możliwością zjazdu na sankorolkach
* Prezentacja sanek
* Spotkanie z zawodnikami kadry narodowej PZSan
* **Strefa Muzeum Sportu i Turystyki**
* Tor łuczniczy
* Warsztat wojenny
* Stanowisko do gier plenerowych - Kubb, Pentanque, Molky
* Gry i zabawy plebejskie - szczudła, zabawy z liną, mieczem i podkową
* Stanowisko dawnych planszówek- alqerque, hnefatafl, husbao, Latrunculi
* Pieczenie przaśnego chleba
* Warsztaty plastyczne „Maskotka Olimpijska”
* **Strzelectwo**
* Obecność czołowych zawodników, podpisujących swoje karty (Renata Mauer-Różańska, Jerzy Greszkiewicz, Wiesław Gawlikowski, Agata Nowak)
* Strzelnica pneumatyczna
* Strzelnica symulator scat
* Rzuty piłeczkami do tarczy
* Konkurs rysunkowy
* Konkurs wiedzy o konkurencjach i strzelcach medalistach olimpijskich
* Zawody strzeleckie
* Konkursy

* **Szachy**
* 12:00-14:00 Pokaz gry jednoczesnej (symultana) z arcymistrzem lub arcymistrzynią szachową
* 14:00-15:00 Widowiskowy pokaz gry „na ślepo”, czyli bez patrzenia na szachownicę
* 15:00-17:30 Otwarty turniej szachów błyskawicznych
* Promocja projektu „Edukacja przez Szachy w Szkole” - quizy, gry i zabawy
* Konkurs z nagrodami
* **Szermierka**
* Nauka podstaw i zasad szermierki
* Prezentacje trzech broni
* Prezentacje stroju szermierczego
* Konkursy z nagrodami
* Zabawy dla najmłodszych
* Walki dla chętnych
* Potyczki z mistrzami szermierki
* Spotkanie z gwiazdą szermierki
* Pokazowa walka z udziałem gwiazd
* Prezentacja osiągnięć
* **Taekwondo**
* Mini-turniej taekwond
* Trening pokazowy
* Konkursy i zabawy dla uczestników Pikniku
* **TAURON**
* 12:10 - Oficjalne rozpoczęcie działania strefy Tauron
* 12:20 - Wizyta Olimpijczyków w strefie Tauron
* 12:30 - Spotkanie z Czesławem Langiem
* 12:40 - Pokaz tańca nowoczesnego
* 12:50 - Konkursy z udziałem piłkarzy ręcznych VIVE Tauron Kielce
* 13:20 - Slalom „na sucho” z udziałem narciarzy i snowboardzistów kadr PZN
* 14:10 - Wizyta Olimpijczyków w strefie Tauron
* 14:30 - Spotkanie z hokeistami TAURON KH GKS Katowice
* 14:40 - Pokaz tańca nowoczesnego
* 15:00 - Mecz mini siatkówki z zawodniczkami Tauron MKS Dąbrowa Górnicza
* 15:30 - Wizyta Olimpijczyków w strefie Tauron
* 16:00 - Pokaz tańca nowoczesnego
* 16:30 - Trening siatkarski z AZS Częstochowa
* 17:00 - GOPR
* Pokaz pierwszej pomocy
* Bezpieczeństwo w górach
* 17:15 - Konkurs rzutów karnych z udziałem piłkarek ręcznych KPR Ruch Chorzów
* 17:30 - Pokaz sprzętu żużlowego oraz spotkanie z zawodnikiem Arge Speedway Wanda Kraków
* 18:00 - Pokaz tańca nowoczesnego
* 18:30 - Zakończenie

**Dodatkowe atrakcje**

* Zaangażowanie w strefę olimpijczyków zaproszonych na piknik
* Boisko do piłki ręcznej i mini siatkówki
* Konkursy
* Ścianka wspinaczkowa
* Fotobudka
* Strefa narciarstwa: gry, zabawy, wirtualna rzeczywistość
* Ekspozycja Tour de Pologne: medal olimpijski Czesława Langa
* **Tenis**
* Korty otwarte dla wszystkich
* Kącik dla milusińskich
* „Play&Stay” - tenisowy pierwszy krok
* „Żyj tenisowo - graj kolorowo” - tory przeszkód
* Ścianka celności - zdobywaj punkty
* Kącik dla milusińskich (kolorowanki, zagadki, balony)
* „Pan Piłka” - maskotka tenisowa
* 13:00 Mini-turniej tenisowy dla dzieci
* Turniej Super Seniorów dla zawodników powyżej 70 roku życia
* 14:00 Konkurs celności
* 15:00 Mini turniej tenisowy dla dzieci
* 16:00 Konkurs celności
* 17:00 Mini turniej tenisowy dla dzieci
* 18:00 Konkurs celności
* 18:30 Zakończenie imprezy
* **Tenis stołowy**
* Turniej „Piknik Open”
* Trening przy mini-stole
* Gry i zabawy z najmłodszymi
* Gra pokazowa
* Trening z returnboardem
* ABC tenisa stołowego
* Konkurs „Odbierz serwis olimpijczyka”
* Gra pokazowa
* Pierwsze kroki w tenisie stołowym - konsultacje z zawodnikami
* "Cała Polska gra w ping ponga"
* Ścianka do zdjęć
* **Zapasy**
* Pokazy ćwiczeń ogólnorozwojowych
* Pokazy technik zapaśniczych w stylu klasycznym i wolnym
* Pokazy walki zapaśniczej w stylu klasycznym i wolnym
* Pokaz walki zapaśniczej w wykonaniu kobiet
* Prezentacja olimpijczyków sportu zapaśniczego
* Spotkanie z olimpijczykami i wybitnymi zawodnikami (Andrzej Wroński, Włodzimierz Zawadzki, Ryszard Wolny, Józef Tracz, Józef Lipień, Andrzej Supron, Roman Bierła, Andrzej Głąb, Piotr Stępień, Jacek Fafiński, Władysław Stecyk)
* Prezentacja programu PZZ – „Zapasy sportem wszystkich dzieci”
* Gry i zabawy dla najmłodszych
* Prezentacja multimedialna finałowych walk ME, MŚ, IO, efektowne akcje zapaśnicze
* **Żeglarstwo**
* Gry i zabawy o tematyce żeglarskiej
* Nauka budowy łodzi
* Kody flagowe
* Pływanie na supach
* Nauka pływania na optimistach
* Balastowanie na łodzi
* Wykład na temat wiązania węzłów żeglarskich oraz bezpieczeństwa na wodzie
* Udział zawodników kadry narodowej
* Konkursy

======================= ======================= =======================

* **SCENA 19. PIKNIKU OLIMPIJSKIEGO**
* 12:00 - Otwarcie na scenie (Prezes PKOl Andrzej Kraśnicki w towarzystwie ponad 100 medalistów, olimpijczyków oraz maskotek Zimowych Igrzysk Olimpijskich PyeongChang 2018).
* 12:25 - Ogłoszenie wyników 3. edycji Programu Polskie Nadzieje Olimpijskie.
* 12:30 - Występ koreańskiej grupy Eoullim Band (Samulnori) - Samulnori to gatunek tradycyjnej muzyki perkusyjnej pochodzący z Korei. „Samul” oznacza „Cztery obiekty” i „nori” oznacza „zabawa”. Samulnori jest wykonywane na czterech tradycyjnych koreańskich instrumentach muzycznych.
* 12:45 - Występ koreańskiej grupy KYARA (K-Pop cover dance) - Od roku 2000 zaczęła wzrastać popularność na całym świecie. K-Pop charakteryzuje łatwą melodię, fantastyczny taniec oraz ciekawe słowa piosenki.
* 13:15 - Pokazy techniki trenowania na trenażerach narciarstwa zjazdowego (SKI ERGE) i narciarstw biegowego (ThoraxTrainer).
* 15:15 - Wręczenie nagród w Krzyżówce Piknikowej.
* 16:00 - Występ koreańskiej grupy Eoullim Band (Samulnori) - Samulnori to gatunek tradycyjnej muzyki perkusyjnej pochodzący z Korei. „Samul” oznacza „Cztery obiekty” i „nori” oznacza „zabawa”. Samulnori jest wykonywane na czterech tradycyjnych koreańskich instrumentach muzycznych.
* 16:15 - Występ koreańskiej grupy KYARA (K-Pop cover dance) - Od roku 2000 zaczęła wzrastać popularność na całym świecie. K-Pop charakteryzuje łatwą melodię, fantastyczny taniec oraz ciekawe słowa piosenki.
* 17:00 - Zumbodrom Winter (zimowy maraton Zumby).
* 18:30 - Zamknięcie Pikniku.