

لقاء مشاة وهايكنج هجر

على أرض الدمام العزيزة وبجوار كورنيش الدمام تم اللقاء بين مشاة وهايكنج هجر و مشاه الدمام و تربطهم الأحساء الحبيبة من أخوة ونسب واللقاءات و البرامج المشتركة. وجاءت فكرة اللقاء في شهر رمضان المبارك على وجبتي الفطور والسحور و تخلل ذلك برامج منها:

- 1/ التعرف و اكتساب المهارات والخبرات من ناحية التخصص والبرامج التي يلتحق بها أعضاء الفريق من أعمال اجتماعية على الصعيد المحلي والخارجي والدولي.
- 2/ وجبة الفطور وما جلب من كرم وأيدي من حضر حسب ما أسعفه الوقت لتحضيرها .
- 3/ فقرة الشاي والقهوة وغيرها وتبادل الأحاديث الجانبية وهي فترة جميلة حيث التعرف وتناول الأحاديث الجانبية المفيدة.
- 4/ بعد ذلك تقدم الكابتن من مشاة وهايكنج هجر بالأحساء

لضم المجموعة الحاضرة والقيام على تدريبها وإجراء التسخين و تهيئة أعضاء الفريق للمشي الطويل بحدود 12 كيلو بعد ذلك .

5/ بعد ذلك بدأ المشي والانصهار والاندماج بين مشاة وهايكنج هجر والدمام حيث المشي وتحريك العضلات وتبادل الأحاديث وتم تقسيم كل اثنان مع بعض وقيادة الفريق تراقب وتتابع تحرك الفريق وتوفر الماء وبعض الوجبات الخفيفة للطوارئ وحتى وجود احد الكابتن يجول ويصل على المشاة بالدراجة الهوائية من أجل التدخل السريع .

ولنا وقفة سريعة بما امتاز به اللقاء ولنا شرف الحضوره بدعوة عزيزة من مشاه الدمام لاكتساب المهارات والخبرات.

تنظيم البرنامج ومحاولة ضبط الوقت واستغلال كل دقيقة فيما فيه فائدة ومصلحة للجميع كان اللقاء في أحضان مدينة الدمام وبجوار علم بلدنا والمشهد الحضاري المجسم لاسم المدينة من أجل دفع التواصل و التزاور في شهر الخير و البركة ،

وتحت إشراف فريق مشاة الدمام الذين لهم بصمة في شهر رمضان المبارك كل عام بفطور جماعي بما تجود به أخواتنا وأمهاتنا في البيوت وعناية الأخوة التي تحمل ما صنع واعد في منازلهم بكل حب، وختم

اللقاء ، وانتهى اللقاء بعد وجبة السحور والكل يشكر على ما قدم من فقرات بحفاوة وتكريم ويأمل العودة له في السنة القادمة بإذن الله واحفظكم ويرعاكم ونقدم الشكر الجزيل للحضور والحفاوة والتقدير ولكل جهد مبذول من عطاء وسعي لنجاح المبادرات ذات الطابع الاجتماعي

ثلاث راحات للمؤمن...

قال الإمام علي (ع) : ثلاث راحات للمؤمن : لقاء الاخوان ، وافتطار الصائم ، والتهجد من آخر الليل.

واخيرا نسألکم الدعاء ونلتقي في لقاء ومأدبة رياضية أخرى كل عام وانتم بصحة وسلامة وعافية ونحو جسد سليم وقوي يتحدى الأمراض ويقول: نحو الصحة دائما