

POJĎTE SE HÝBAT, POJĎTE BĚHAT!

ŠKODA FIT PRO VÁS ORGANIZUJE SÉRII VÝBĚHŮ S RENOMOVANÝMI BĚŽCI V PLZEŇSKÉM KRAJI. TI VÁM BĚHEM PODZIMU PŘÍMO V TERÉNU PORADÍ, JAK TRÉNOVAT A JAK SPRÁVNĚ BĚHAT, NEBO JAK S BĚHEM ZAČÍT. SPOLEČNĚ S OSOBNOSTMI SE MŮŽETE PŘIPRAVIT NA PŮLMARATÓN V ULICÍCH PLZNĚ NA JAŘE 2016.

START

19. září 2015 - VÝBĚH PO DOMAŽLICÍCH

Zajímá Vás, jak jste na tom s technikou běhu právě vy? Co můžete zlepšit? Čeho se vyvarovat? Chcete s během začít?

Připojte se k unikátní akci, kterou je seriál výběhů s profesionálními trenéry! Vítáni jsou začátečníci i ti, kdo už v nohách mají tisíce kilometrů, děti i dospělí.



PŘIJĎTE V SOBOTU 19.9., SRAZ V 10:00 NA PARKOVIŠTI PŘED VCHODEM DO PLAVECKÉHO BAZÉNU (Palackého 230)

OD 10 DO 12 HODIN NA VÁS ČEKÁ NÁSLEDUJÍCÍ PROGRAM:

- výběh se známou osobností - start v 10:00!!!
- guru českého běhu, Miloš Škorpil, odhalí tajemství běhání
- můžete si otestovat svoji kondici a zdravotní stav
- na stánku ZPMV si můžete nechat změřit podíl svalové hmoty, vnitřního tuku a vody v těle, hmotnost kostí, či metabolický věk
- budete mít možnost potkat se a pohovořit si se známými osobnostmi a patrony projektu
- program je vhodný pro začátečníky i pokročilé



SÉRIE VÝBĚHŮ POKRAČUJE V TĚCHTO MĚSTECH

| | |
|--------------|----------|
| 3.října | Klatovy |
| 17.října | Rokycany |
| 31.října | Tachov |
| 14.listopadu | Plzeň |



„Představujeme vám dlouhodobý plán akcí, které vám pomohou žít lépe, zdravěji a po kterých se budete cítit lépe. Zároveň chceme podpořit každého, kdo chce se svým životem něco udělat, změnit svůj životní styl, a to tak, aby si nepřipadal, že je v tom sám. Se změnou můžete začít v jakémkoliv věku.“

říká **JOSEF BERNARD**, patron projektu Škoda FIT, člen dozorčí rady Škoda Transportation

