



BB CENTRUM

JAK A PROČ BĚHAT V ZIMĚ?

Zeptejte se kohokoli, kdo už dlouho a pravidelně běhá, a určitě Vám řekne, že běhat v zimě je mnohem lepší než v létě. Musíte na to však být důkladně připraveni.

Přijďte se inspirovat na náš workshop, kterým Vás provedou nadšení běžci a blogeři Soňa Hrabec Kotulková a Michal Hrabec z Running2.cz.

29. 1. 2020 OD 17:30–19:00 HODIN
COFFEE PERK, BUDOVA BRUMLOVKA,
VYSKOČILOVA 1100/2, PRAHA 4

Témata:

- Zimní běhání – mýty, pověry a benefity
- Chyby při běhání v zimě
- Specifika běhu v zimě
- Co na sebe – ta správná výbava
- Jaké si vybrat boty
- Na co si dát pozor

Vstup zdarma.

Počet míst je omezen, rezervace místa možná na e-mailu:
marika.duchonova@passerinvest.cz

DEVELOPED BY

PASSERINVEST
G R O U P