

RUNMAGEDDON **BĘDZIE PIEKŁO!**

INFORMACJA PRASOWA

Warszawa, 25 marca 2015

Śląsk przygotowuje się na nadejście Runmageddonu. Otwarty trening 320 metrów pod ziemią!

Fani ekstremalnego biegania mają niepowtarzalną okazję przygotować się do czerwcowego Runmageddonu w niezwykłych okolicznościach. W niedzielę, 29 marca w Kopalni „Guido” odbędzie się otwarty, oficjalny trening do Runmageddonu Classic Silesia. Ponad 200 osób zjedzie 320 metrów pod powierzchnię ziemi, aby wziąć udział w zajęciach prowadzonych w formule crossfit. Uczestnicy treningu doświadczą niezapomnianych wrażeń, ponieważ zajęcia odbędą się w komorach, gdzie panuje podwyższone ciśnienie. Trening dla wszystkich chętnych jest bezpłatny, liczba miejsc ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.

29 marca na terenie zabytkowej Kopalni „Guido” odbędzie się otwarty, oficjalny trening do Runmageddonu Classic Silesia zaplanowanego na 27 czerwca 2015 na hałdach kopalnianych KWK Sońnica-Makoszowy. W trakcie zajęć uczestnicy wykonywać będą ćwiczenia przygotowujące do pokonywania przeszkód, które w czerwcu znajdą się na trasie ekstremalnego biegu. Zajęcia będą obejmowały elementy treningu biegowego, siłowego oraz crossfitowego. Wszystkie ćwiczenia odbędą się 320 metrów pod powierzchnią ziemi! Panujące tam podwyższone ciśnienie, stworzy specyficzną atmosferę zajęć.

Trening odbywać się będzie w 3 seriach po około 70 uczestników. Start pierwszej serii przewidziany jest na godzinę 10:00, druga seria rozpocznie się o 11:30, a trening zakończy 3 seria o 13:00. Trening potrwa około 30 minut, pozostały czas przewidziany zjazd na głębokość 320 metrów, rozgrzewkę i wyjazd na powierzchnię.

„Runmageddon to ekstremalny bieg przeszkodowy, do którego proponujemy teraz ekstremalną formę przygotowań. Wpadliśmy na pomysł przeprowadzenia morderczego treningu na głębokości 320 metrów pod ziemią. Niezapomniane przeżycie zafunduje uczestnikom strategiczny partner Runmageddonu Silesia – zabytkowa Kopalnia „Guido”. Ponad 200 chętnym osobom zaoferujemy niezapomniane, ekstremalne wrażenia i niezły wycisk podczas treningu w formule crossfitowej. Zajęcia będą wspaniałą okazją do sprawdzenia swojej sprawności, szybkości i siły, czyli tego wszystkiego co będzie potrzebne

aby pokonać w czerwcu Runmageddon Classic. Serdecznie zapraszam do Kopalni „Guido” na wspólny trening oraz na runmageddon.pl, aby zaklepać swoje miejsce na kolejne edycje Runmageddonu.” – powiedział Jaro Bieniecki, Prezes Runmageddonu.

Udział w wydarzeniu może wziąć każdy, niezależnie od tego, czy jest zgłoszony do startu w zawodach Runmageddon Classic, które odbędą się na hałdach kopalnianych KWK Sośnica-Makoszowy.

Liczba miejsc jest ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń. Bezpłatne zapisy:
silesia@runmageddon.pl

O biegu Runmageddon (www.runmageddon.pl)

Runmageddon to największy cykl ekstremalnych biegów przez przeszkody w Polsce. Organizatorami imprezy jest m.in. działające od 2005 roku Stowarzyszenie OTK Rzeźnik znane z organizacji m.in. Biegu Rzeźnika - górskiego ultramaratonu na dystansie 80km oraz Maratonu Bieszczadzkiego.

Runmageddon zwiastuje koniec ery nudnych biegów ulicznych oferując jego uczestnikom ekstremalne wrażenia. To wydarzenie nastawione na dobrą zabawę, do której pretekstem jest wysiłek fizyczny i rywalizacja o miano najtwardszego zawodnika. Uczestnik prąc naprzód niejednokrotnie będzie musiał wspinać się, czołgać, brnąć w błocie, skakać, a także zmierzyć się z wodą oraz ogniem.

Kontakt dla mediów:

Marcin Dulnik
Rzecznik prasowy Runmageddon

Agencja In Fact PR

marcin.dulnik@infactpr.pl

mobile: 660 722 822