

Morderczy Trening w Centrum Handlowym Forum - Przygotuj się do Runmageddonu

Najbardziej ekstremalne wydarzenie na Śląsku - Runmageddon Silesia JSW SA „Górnicy pamiętamy - 05.05.2018” zbliża się wielkimi krokami. Już 16 czerwca, odbędzie się Morderczy Trening w Centrum Handlowym Forum, który przygotowuje uczestników do startu w tym wyjątkowym wydarzeniu.

16 czerwca 2018 r. Centrum Handlowe Forum przy ulicy Lipowej 1 w Gliwicach stanie się areną Morderczego Treningu Runmageddon. Uczestnicy przygotowujący się do startu w najbardziej ekstremalnym biegu na Śląsku przemierzać będą galerię handlową oraz jej zaplecze. Na wszystkich śmiałków czekać będą przeszkody rodem z piekła. Trening mam na celu poprawę kondycji i ogólnej sprawności, spalenie solidnej porcji kalorii oraz zapoznanie się z wybranymi przeszkodami.

Trening poprowadzą weterani Runmageddonu oraz trenerzy z nowootwartej sieci klubów fitness My Fitness Place. Organizator przygotował specjalną przedrunmageddonową rozgrzewkę zarówno dla starszych, jak i najmłodszych, przyszłych Runmageddończyków. Dorośli, którzy zamierzają wystartować w formułach: Intro (3 km, 15+ przeszkod), Rekrut (6 km, 30+ przeszkod) Classic (12 km, 50+przeszkod) podczas Runmageddonu Silesia mogą zapisywać się na trening poprzez stronę internetową Organizatora. Opłata za trening wynosi 25 złotych. Dzieci w wieku 4-11 lat, które marzą o starcie w Runmageddonie Kids (1 km, 10+ przeszkod), mogą wziąć udział w treningu przygotowawczym za darmo. Musza jednak zostać zapisane przez rodziców poprzez stronę www. Zapisy trwają do 15 czerwca do godziny 14:00 i dostępne są pod linkiem: <https://www.runmageddon.pl/imprezy/morderczy-trening-runmageddon-ch-forum-gliwice-gliwice-16-06-2018>

Morderczy trening to przedsmak prawdziwego Runmageddonu. Tegoroczna edycja najbardziej ekstremalnego biegu przeszkodowego na Śląsku odbędzie się w dniach 30 czerwca - 1 lipca, więcej informacji znaleźć można na stronie: <https://www.runmageddon.pl/imprezy/runmageddon-silesia-jsw-sa-silesia-30-06-2018>.

Kontakt:

Aleksandra Bachta
PR Manager
Mail: aleksandra.bachta@runmageddon.pl
Kom: +48 730 908 702

O Runmageddonie

Runmageddon jest największym w Polsce i najbardziej ekstremalnym w Europie cyklicznym biegiem przez przeszkody. Zmagania odbywają się w kilkunastu lokalizacjach rocznie. W 2017 roku w 17 wydarzeniach wystartowało blisko 60 tysięcy osób, a od początku istnienia cyklu do mety imprez dotarło już ponad 110 tysięcy uczestników.

Specyfika tej formy aktywności polega przede wszystkim na dobrej zabawie, ale pozwala też sprawdzić siebie. Dzięki ogromnemu wysiłkowi fizycznemu i psychicznemu, w którym pokonuje się swoje słabości, a dopiero potem rywali, uczestnicy poznają swoje maksymalne możliwości. Mają oni do przebycia różne odcinki trasy z torami przeszkod - wspinają się, czołgają, brną w błocie, skaczą, a także mierzą z wodą oraz ogniem. Do wyboru są cztery formuły - INTRO (3 km i 15+ przeszkod), REKRUT (6 km i 30+ przeszkod), CLASSIC (12 km i 50+ przeszkod) oraz HARDCORE (21 km i 70+ przeszkod).