



Pierwszy dzień lata z Walking Lovers

2021-06-25

Na powitanie kalendarzowego lata odbył się kolejny plenerowy trening ze sportowym duetem Walking Lovers, czyli Robertem Korzeniowskim i jego żoną Justyną. Uczestnicy spotkania okrążyli kilkakrotnie lekkoatletyczny stadion WKS Wawel oraz wzięli udział w zawodach rodzinnych sztafet.

Uczestnicy treningu najpierw wzięli udział w około półgodzinnym spotkaniu instruktazowym, poświęconym poprawnej technice chodu sportowego oraz dyskusji na temat zdrowego modelu aktywności dla całej rodziny, tak aby była ona bezpieczna i przynosiła nam radość i satysfakcję. Po prelekcji odbył się godzinny wspólny trening z Walking Lovers. Każdy, kto przyszedł potrenować z najbardziej utytułowanym polskim sportowcem, otrzymał pamiątkowy dyplom z podpisem samego mistrza!

Podczas spotkania można było poznać nie tylko Roberta Korzeniowskiego, ale również Ilię Markowa, który także odniósł wiele sukcesów w zawodach chodu, na arenie międzynarodowej.

Poznaj Walking Lovers

Od jesieni 2020 r. Robert Korzeniowski wraz z żoną Justyną prowadzą na [YouTubie kanał Walking Lovers](#), na którym promują walking jako aktywność dla wszystkich. Jak podkreślają, w dobie Covid-19 szybki marsz to idealny sposób na bezpieczne i efektywne utrzymywanie organizmu w dobrej kondycji, a w mieście można taką aktywność uprawiać bez przeszkód, w maseczce, na terenach zielonych, w parkach czy lasach.

Mistrz motywuje

- To już drugi trening walkingowy, który wspólnie z Justyną poprowadziliśmy dla mieszkańców Krakowa. Dla mnie to było spotkanie szczególne, bo w wydarzeniu wzięły udział także moje dzieci i mieszkający w Krakowie bracia Paweł i Mirek Korzeniowscy wraz z rodzinami. Ich uczestnictwo i data spotkania nie były oczywiście przypadkowe - to spotkanie z okazji Dnia Ojca. Dlatego spotkaliśmy się tego dnia całymi rodzinami, aby poprzez wspólną aktywność i zabawę wzmocnić relacje i więzi rodzinne - dodaje Robert Korzeniowski.