



Spotkajmy się na sportowo

2024-10-19

Pod hasłem „Spotkajmy się na sportowo!” 19 października w TAURON Arenie Kraków odbył się szereg wydarzeń celebrujących jubileusz 10. Cracovia Półmaratonu Królewskiego oraz TAURON Areny Kraków. To była wyjątkowa okazja, by razem świętować dwa ważne jubileusze w sportowym duchu. W programie była m.in. konferencja, panel edukacyjny oraz zajęcia praktyczne dla biegaczy. Dodatkowo odbyła się pierwsza edycja Wielkiej Lekcji Sportu.

Podczas konferencji **„Półmaratońskie rozmowy”** poruszane były tematy związane z nowymi technologiami w sporcie, najnowszymi badaniami w świecie biegania, a także praktycznymi poradami dla biegaczy.

Panel edukacyjny „Różne oblicza biegania” to szeroki wachlarz tematyki okołobiegowej dotyczący treningu, diety, suplementacji czy doboru sprzętu pod okiem specjalistów Sklepu Biegacza i ASICS oraz zaproszonych gości.

Biegowa Odnowa to praktyczne zajęcia, podczas których organizatorzy zachęcali do wspólnych ćwiczeń z trenerami Fitness Platinum. Można było zobaczyć jak poprzez stretching, rolowanie i jogę zadbać o skuteczną regenerację.

Pod hasłem „Spotkajmy się na sportowo!” w małej hali TAURON Areny Kraków w godzinach od 10.00–16.00 odbyła się też pierwsza edycja **Wielkiej Lekcji Sportu**. Wydarzenie skierowane było do wszystkich mieszkańców Krakowa, dzieci i dorosłych. Jego celem było promowanie sportu, aktywności fizycznej i zdrowego trybu życia.

Wstęp na wszystkie wydarzenia był bezpłatny.