



**Marijampolėje jau 5 metus iš eilės per miesto dienas organizuojama sporto šventė "Bėgam už Marijampolę".** Renginys sutraukia daug įvairaus amžiaus marijampoliečių ir miesto svečių, kiekvienas gali rinkti bėgimo distanciją 5 km., 10 km., 21,098 km., ar dalyvauti vaikų 500 m. bėgime. Renginio metu apdovanojama daugiau nei 70 žmonių, šeimos, organizacijos ir kt..

Čia dažnai savo jėgas 5 km. bėgime išbando ir nebėgiojantys asmenys. Kaip tinkamai kvėpuoti, paprastai įveikti penkis kilometrus ar daugiau, tinkamai ruoštis bėgimui patars sertifikuota EREPS (3 lygis) sveikatingumo instruktorė, grupinių HIIT ir individualių sveikatinimo treniruočių trenerė Odeta Šerkšnaitė.

Bėgimo pasiruošime bus galima užduoti visus rūpimus klausimus, sudalyvauti smagiose treniruotėse, pasikalbėti su renginio organizatoriais, sutikti bendraminčių ir net laimėti prizų!

**Iki gegužės 27 d. kiekvieną ketvirtadienį susitikime 19 val. Rygiškių Jono gimnazijos stadione.**

Daugiau informacijos ir registracija į bėgimą [www.marijampolesbegimas.lt](http://www.marijampolesbegimas.lt)