

# Pobiegaj dla zdrowia

Data publikacji: 5.05.2010 7:00

□

**8 maja warto pobiegać. Do aktywności fizycznej zachęcają organizatorzy akcji Polska Biega i ośrodki sportu. Gminny Ośrodek Sportu i Turystyki w Dębowcu serdecznie zaprasza na 4. Bieg Wiosny. Do biegów zachęca też Ośrodek Kultury w Brennej. Biegać będzie też można w Wiśle.**

8 maja w ramach akcji Polska Biega w Dębowcu i Brennej organizowane są biegi. Po raz czwarty w Dębowcu odbędzie się Bieg Wiosny. Pobiegać może każdy, bo Gminny Ośrodek Sportu i Turystyki zaprasza nie tylko tych, którzy biegają regularnie. Udział mogą wziąć starsi i młodszy, aktywni i ci którzy zwykle sobotnie przedpołudnie spędzają w mniej aktywny sposób. - **Zachęcamy do aktywnego spędzenia wolnego czasu na świeżym powietrzu. Dla zwycięzców zostały przygotowane medale i dyplomy oraz ciekawe nagrody**- informuje Karina Bogusz z dębowieckiego GOSiT.

Już dziś można zapisać się do wzięcia udziału w niecodziennym biegu. Zapisy pod numerem tel.033 858 83 51 oraz gok@debowiec.cieszyn.pl. Regulamin i karta zgłoszeń konkursu znajduje się na stronie [www.ck.debowiec.com.pl](http://www.ck.debowiec.com.pl)

Swoją propozycję dla amatorów biegania przygotował również ośrodek w Brennej. W Brennej Centrum na wałach za amfiteatrem punktualnie o godz. 10.00 wystartują zawodnicy.

W Wiśle pobiegniemy wszyscy razem z pl. B. Hoffa do Ośrodka Sportowego "JONIDŁO", gdzie zlokalizowana będzie meta. Wszyscy uczestnicy biegu dostaną poczęstunek, będzie to również świetna okazja do pokibicowania naszym piłkarzom z KS Wisły-Ustronianki, którzy tego dnia rozegrają na "Jonidle" mecz.

Polska Biega to największa w Polsce - jeśli nie w Europie - akcja promująca zdrowy sportowy styl życia. Kilka lat temu zrodziła się w głowach biegowych zapaleńców: Piotra Pacewicza, wicenaczelnego "Gazety Wyborczej", i Roberta Korzeniowskiego, mistrza olimpijskiego w chodzie. Dziś z akcją łączą się tysiące kompletnych amatorów i tysiące zaawansowanych biegaczy

Polska Biega to akcja radosna. Daleka od rywalizacji na śmierć i życie. Chodzi o to, by przy dobrej zabawie uświadomić uczniom, mieszkańcom gminy, wychowankom, parafianom, pracownikom, rodzinie, że bieganie to sposób na dobre, zdrowe życie.

Więcej na [www.polskabięga.pl](http://www.polskabięga.pl).

KOD