Prague International Marathon, al via gli allenamenti con l’olimpionica Eva Vrabcová Nývltová. Si corre il 7 maggio

Descrizione

Prague International Marathon

RunCzech annuncia gli allenamenti con l’olimpionica Eva Vrabcová Nývltová
16 appuntamenti e programmi di allenamento per tutti per correre la
Prague International Marathon del 7 maggio

Fervono i preparativi per la **Prague International Marathon**, gara insignita del prestigioso marchio di qualità **World Athletic Elite Label Road Race**, che offrirà agli atleti l’occasione di vivere un’esperienza indimenticabile nell’affascinante capitale ceca.
Il team organizzativo di RunCzech ha già preparato un regalo per i concorrenti: tutti i runner già iscritti potranno allenarsi ogni settimana con l’olimpionica **Eva Vrabcova Nývltová**. “*Se vuoi correre la **Prague International Marathon** il 7 maggio, una gara straordinaria, devi iniziare con l’allenamento non più tardi della prossima settimana.Se ti alleni secondo i piani che abbiamo preparato, credo fermamente che non solo sopravviverai alla maratona, ma ti divertirai anche*“, ha detto l’olimpica di Rio 2016 Eva Vrabcová Nývltová.

GLI ALLENAMENTI

Gli **allenamenti** iniziano il **17 gennaio** alle ore 18 con un seminario introduttivo tenuto da **Martin Vrabec**, marito e allenatore di Eva prima di partire per l’allenamento vero e proprio.
Tutti possono partecipare alle **16 sessioni di allenamento** con Eva Vrabcová Nývltová prima dell’inizio della maratona.
Accanto agli allenamenti di gruppo, i runner riceveranno via e-mail anche i **programmi di allenamento** impostati per tre diversi tempi di arrivo, in modo che ogni corridore possa scegliere il proprio tempo.

Oltre al percorso della maratona, ci saranno anche altre gare. Molto apprezzata è la **2Run**, in cui due corridori dividono la distanza a metà.

RunCzech, le cui gare sono state tutte premiate con i marchi di qualità **World Athletic**, inizia la stagione di quest'anno con la tradizionale **Napoli City Half Marathon del 26 febbraio**, seguita dalla mezza maratona di Praga del 1 aprile.

Link per le iscrizioni: **https://www.runczech.com/en/events**