



Poszli w las! Iławskie Runo Leśne, czyli z uśmiechem między drzewami [WYNIKI, ZDJĘCIA, VIDEO]

data aktualizacji: 2024.09.15



Iława i okolice to nie tylko piękne jeziora, ale także cudowne lasy. Dzisiaj po raz kolejny przekonali się o tym uczestnicy biegu „Iławskie Runo Leśne” - za nami pierwsza edycja tego wydarzenia.

Jak wielokrotnie podkreślał **Paweł Hofman**, trener lekkiej atletyki, bieganie po lesie wymaga **czujności**, bo też nawierzchnia jest często nierówna. Ale właśnie bieganie po bardziej wymagającym podłożu **przygotowuje nasze ciało, zwłaszcza stopy**, do odpowiedniej, naturalnej reakcji w przypadku natrafienia na trasie na problem pod nogą. Akurat dzisiejszy bieg miał miejsce po **trakcie utwardzonym**, ale dalej jesteśmy w terenie zadrzewionym.

Trasa pierwszej edycji „**Iławskiego Runa Leśnego**” wiodła po lesie **na południe od Iławy**. Przypadku w tym nie ma, bo też wydarzenie to Nadleśnictwo Iława wraz z partnerami zorganizowało z okazji **100-lecia Lasów Państwowych**. Jego hasło: „**Dycha na setkę**”, określało od razu dystans biegu głównego. Można też było wystartować (bieg, trucht, nordic walking, wózków z dziećmi też nie zabrakło) na krótszym dystansie **3 km**.

Łącznie w „Iławskim Runie Leśnym” udział wzięło **175 osób**. Start nastąpił równo

o **9.00**. Poniżej zdjęcia i wideo ze startu, a także **wyniki** – podajemy pierwsze trójki klasyfikacji kobiet i mężczyzn w biegu na 10 km. Co ciekawe, w obu klasyfikacjach wygrało małżeństwo, czyli **Agnieszka i Adrian Przybyłowie z Iławy**.

WYNIKI "IŁAWSKIEGO RUNA LEŚNEGO"

Iława, Smolniki, 15 września 2024

BIEG NA 10 KM

(podajemy pierwsze "trójki")

KOBIETY:

1. Agnieszka Przybyła, Iława (Run Goku Team), czas: 00:40:25.90
2. Grażyna Bulik, Iława (Iława Biega), 00:42:46.45
3. Karolina Kalinowska, Iława (Runmageddon Team), 00:44:34.50

MĘŻCZYŹNI:

1. Adrian Przybyła, Iława (Run Goku Team), czas: 00:33:39.80
2. Paweł Moskał, Kurzętnik (Kurzętnik Biega), 00:34:39.40
3. Mateusz Krawiecki, Iława, 00:36:29.55

zico

kontakt@infoilawa.pl

~~galeriaspc~~9854~~

Źródło:

<https://www.infoilawa.pl/aktualnosci/item/75844-poszli-w-las-ilawskie-runo-lesne-czyli-z-usmiechem-miedzy-drzewami-wyniki-zdjecia-wideo>