

RUOŠKIS BĖGTI!

MUGĖS DALYVIAI:



„Ruoškis bėgti“ renginio metu vyks praktinės paskaitos apie taisyklingą bėgimą, kurias ves ir dalyvius konsultuos „4Active judesio laboratorijos“ įkūrėjas Vilmantas Aušra.



Renginio metu užsiregistravusiems į stovėsenos, eisenos ir bėgimo tyrimą bus suteikta **25% nuolaida**. Sportinėms kompresinėms kojinėms, vidpadžiams bėgimui bei įtvarams taikoma **20% nuolaida**.



Susipažinkite su „Garmin“ bėgimo laikrodžių technologijomis ir kaip pritaikyti jų funkcijas bėgimo treniruočių procese. Renginio dieną gaukite **15% nuolaidą „Garmin“ laikrodžiams**.



Pasitikrink savo kūno kompoziciją su 50% nuolaida bei įsigyk izotoninių ir hipotoninių gėrimų už ypatingą kainą.



Specializuota bėgimo parduotuvė „Sportpoint“ mugėje siūlys geromis kainomis įsigyti laikrodžių, papildų, bėgimo kuprinių, diržų, o **BĖGIMO KOJINĖS – net su 30% NUOLAIDA!**



Sporto vaistinės stende lankytojai galės pamatyti savimasažo priemones „Blackroll“ ir stipriausių maratono bėgikų pamėgtą „Maurten“ hidrogelį. „PjureActive“ gelis nutrynimų profilaktikai -15% Stende laukia konkursas pėdaslinkis.



Sveiko sporto klubo ALFA STEPS kineziterapeutai **atliks BLIC TESTĄ** ir pasakys ar Tu tikrai gali bėgti! Gydytojas dietologas konsultuos, kaip tinkama mityba gali pagerinti Tavo sportinius pasiekimus. ALFA STEPS stende galėsite pasikonsultuoti su vienu geriausiu Lietuvoje kineziterapeutu Sauliumi Paliūniu, kuris jau ne vienerius metus dirba su Lietuvos olimpiečiais.



Tik „Ruoškis bėgti“ renginio metu turėsite galimybę pirmieji išbandyti naujuosius NIKE REACT batelius.



Energijos kupinas jaunatviškas sporto klubas visiems renginio dalyviams **padovanos po nemokamą apsilankymą „GetFit“ sporto klube.**



Antrąjį gimtadienį švenčiantys miesto bėgimai kviečia susipažinti ir sužinoti daugiau, į **kokias įdomias kultūrines vietas Capital Runner kūno-kultūros* konceptas nuves šiemet.**
CR kūno-kultūra = bėgimas + nekasdienė pažintis.



„Vilniaus bėgimo klubo“ nariai pristatys „Vilniaus ėdimo klubą“, o taip pat pasiruošimo „Danske Bank Vilniaus maratonui“ treniruotes. Kaip ir praėjusiais metais jos vyks kiekvieną šeštadienį Vilniaus Vingio parke. Susitikite su klubo nariais renginio metu ir sekite naujienas klubo Facebook paskyroje.



„Šviesos kariai“ – aktyvių ir entuziastingų bėgikų klubas, vienijantis bėgimo mylėtojus nuo 2004 m. Mugėje „šviesos kariai“ pristatys savo **klubą, tradicijas ir pasiekimus, garsinančius Lietuvą visame pasaulyje.**



Mugėje susipažinkite su **Klaipėdos miesto bėgikų klubu „Maratonas“**. Klubo atstovai jus supažindins su pajūrio krašto bėgimo tradicijomis ir augančia bėgikų bendruomene.



Didžiausias bėgimo renginys Lietuvoje šiemet skelbiamas šimtmečio maratonu. Ateik sužinoti, kuo šiemet bus ypatingas 15-asis maratonas Vilniuje.

Dalyvių laukia **maratono istorijos paroda, bėgimo klubų varžybos, istorijų siena ir palankiausia registracija į visus bėgimus.**



Bėgimas, skirtas tik moterims, tačiau jame itin laukiamas vyrų palaikymas. Mugės metu susipažinsite su šio renginio unikalumu. **Dalyvių laukia registracija palankiausiomis kainomis.**



„Trakų triatlonas“ kviečia iš arčiau susipažinti su renginiu, jo distancijomis, specifika ir naujienomis.

Dalyvių laukia registracija palankiausiomis kainomis.



Tik „Ruoškis bėgti“ renginyje besiregistruojantys į NIKE WE RUN VILNIUS dalyviai **gaus nemokamus vardinius marškinėlius.** Juos atsiimti bus galima prieš bėgimą kartu su dalyvio paketu.



Įsiamžink prie mūsų stendo su pakvietimu savo draugui/-ei ir pasidalink nuotrauka savo Facebook paskyroje su #BegamKartuKaune. Originaliausio pakvietimo autoriui ir jo pakviestam draugui/-ei **padovanosime Polar M200 širdies ritmo monitorių su integruotu GPS.**

P.S. jeigu tu esi mergina ir tavo sportinių batelių dydis 44 – ateik ir mes nustebinsime tave!



„Vilties bėgimas-2018“ paramos ir solidarumo renginys, kurį organizuoja Klaipėdos šv. Pranciškaus Asyžiečio vienuolyno vienuolių įkurtas socialinis-kultūrinis klasteris - Vilties miestas kartu su šv. Pranciškaus onkologijos centru Klaipėdoje. Renginio metu surinktos paramos lėšos skiriamos šv. Pranciškaus dvasinės ir psichosocialinės paramos centrui Klaipėdoje, kuriame paslaugos onkologiniams ligoniams ir jų artimiesiems iš visos Lietuvos yra teikiamos nemokamai!



Quad Lock komanda papasakos, kaip integruoti išmanųjį telefoną į aktyvų gyvenimo būdą ir naudotis įvairiomis programėlėmis bėgimui bei rezultatų stebėjimui.



Nepraleiskite Lietuvos Bėgimo Taurės stendo parodoje „Ruoškis bėgti“! Čia bus pristatoma tradicija tapusios Lietuvos bėgimo taurės įskaitą, kuri apjungia gražiausius Lietuvos miestus ir miestelius. Čia galėsite laimėti net 10 registracijų į taurės etapus.



Sužinok kokiais būdais Lietuvos Triatlono Taurė skatina dalyvių moterų skaičiaus augimą ir kokie nauji miestai padės atrasti Lietuvą triatlono ritmu. Be to, padovanosime net 10 registracijų į TRI-FUN distanciją (naujokams) ir išrinksime po 1 sprinto, olimpinės ir ilgo nuotolio distancijų nugalėtojus.



FITPRO renginio metu pristatys:

- asmenines funkcines treniruotes;
- bendrąjį fizinį pasiruošimą;
- individualias sporto programas;
- sveikatinimo programas;
- reabilitacijų ir relaksacijų programas;

viskas paremta elektros impulsų stimuliavimu į raumenis. Ateik išmėginti!

Įveikę linksmas užduotis mugės dalyviai galės laimėti net 10 pakvietimų į FITPRO organizuojamas treniruotes.



Klinikoje InMedica Santariškėse išsamiam sportuojančių sveikatos ištyrimui su „VO2 max“ funkcijos vertinimu - 20% nuolaida (pilna kaina - 270, renginio dalyviams – 215 eur)

Gydytojo ortopedo - traumatologo konsultacijai - 15% nuolaida (pilna kaina - 50 eur, renginio dalyviams - 42 eur.

Jus pasitiks „S-Sporto bėgimo laboratorija“, vidaus triatlonas ir, žinoma, besišypsantys konsultantai, kurie maratoną bėga greičiau nei 2 val 35 min. „Compressport“ visai produkcijai taikomos nuo 30% iki



50%, o „Polar“ produkcijai – iki 30% nuolaidos. Produktus bus galima išbandyti.

„S-Sportas“ stende bus galima išmėginti ir „Stim Fit“ elektrostimuliacinę treniruotę. Kartu su mūsų konsultantais bei Stim Fit trenerėmis Rasa Drazdauskaitė bei Monika Juodeškaite, žmonės per labai trumpą laiką supras, kur pasislėpę jų vidiniai raumenys.



Ju2Ju2 renginio metu konsultuos apie:

- mažas grupines funkcinės treniruotes;
- bendrąjį fizinį pasiruošimą;
- individualias sporto programas;
- traumų prevenciją;
- ištvermės atletų ruošimą.

Ateik ir judėsime teisinga kryptimi kartu.

Jveikę linksmas užduotis mugės dalyviai galės laimėti net 10 pakvietimų į Ju2Ju2 organizuojamas treniruotes.