

IVG

La moda degli allenamenti di corsa in gruppo sbarca a Savona: tutti i giovedì c'è il "Runningfest"

di **Redazione**

06 Giugno 2014 - 11:15



Savona. Nelle grandi città, in particolare all'estero, la moda dell'allenamento di gruppo tra i runners è scoppiata già da diversi anni. Ci si dà appuntamento tutte le settimane, alla stessa ora, e si corrono un po' di chilometri in compagnia, ma soprattutto in allegria. Partita dagli Usa, con il passare dei mesi questa abitudine ha contagiato anche il resto del mondo arrivando anche in Europa, poi nelle grandi città italiane, Roma e Milano in primis, e adesso anche a Savona.

Da una settimana infatti anche sotto la Torretta si sta sperimentando questo tipo di iniziativa battezzata "Runningfest". A promuoverla è il negozio "Sportart" di via Trilussa che, grazie al sostegno di Carisa, della Palestra Letimbro, dei Bagni Corsaro e della Polleria Cri&Mauri, ha deciso di proporre ai runners savonesi di ritrovarsi per un allenamento di gruppo. L'appuntamento è stato fissato per il giovedì, alle 18,30, davanti al negozio di articoli sportivi. Dopo un'uscita di una decina di chilometri si arriva nello stabilimento balneare di via Nizza dove sono a disposizione docce e spogliatoi e, per chi lo desidera, è possibile fermarsi a mangiare tutti insieme (le borse dei partecipanti, consegnate alla partenza, vengono trasferite in furgone dagli organizzatori nel punto di arrivo dell'allenamento).

L'idea che anima questa iniziativa è quella di fare un allenamento in cui la parola d'ordine sia "divertimento", adeguando il passo ai runners meno veloci, per consentire anche a chi è meno allenato di avvicinarsi a questa disciplina. Intanto il gruppo si è già fatto notare lungo le strade cittadine: grazie alla maglietta arancione con cui corre (fornita da

Sportart) non passa certo inosservato. Se mentre siete al volante o a passeggio notate una "scia arancione" quindi non c'è da preoccuparsi: non sono strane luci aliene, ma solo il passaggio dei partecipanti al "Runningfest". Per chi volesse unirsi all'allenamento l'appuntamento è per giovedì prossimo alle 18,30 in via Trilussa.