



Szerdán délután fél hatra hirdetett közös edzésükre nagyszámú szaladó sereg verbuválódott össze, *több mint ötvenen voltunk*. Fél hét után pár perccel meg is kezdődött a közös melegítés, amit

Dusinszki Zoltán edző vezényelt a jelenlévőknek.

Kicsiktől nagyokig, gyerektől a szülőig mindenből volt jelen az első közös edzésen, ahol az **FC Székelyudvarhely**

néhány játékosával és cseperedő ifikkel szaladhattunk együtt. Jó házigazdaként az IPSE sportklub tagjai és az uh.ro munkatársai is jelen voltak. A közös melegítés után vezényszóra lódult neki a banda, hogy egyik kört a másik után rója. Az első két kör egy kellemes hangulatú közös szaladás volt, majd mindenki a maga tempójában futhatta le a napi fejadagját.

Aki a borús idő, vagy egyéb elfoglaltsága miatt kihagyta ezt a kellemes délutáni szaladást, azt várjuk jövő héten is ugyanitt. A következő alkalomra a hivatásosokat az SK játékosai fogják képviselni. Gyere te is, hogy közösen készülhessünk a nagy tömegszaladásra. Hozd formába magad, így június negyedikén mosolyogva diktálhatod majd a tempót.

Az edzésekkel és az IPSE tömegszaladással kapcsolatos információkért kövesd folyamatosan a uh.ro-t.

{gallery}/KBoti/2011/Egyeb/0505_Kozos_edzes1{/gallery}