



Az év első közösségi futására hív a Feel Good Sportegyesület a Gondúzó Étteremmel közösen. A Szentimre utcában található étteremtől indulnak el a futni vágyók szombaton, **január 6-án 11 órakor** és ide is érkeznek vissza, hogy aztán itt töltsék fel a kiürült energiakészleteket egy „terülj, terülj asztalkám” mellett.

Ilyés Sándor Lóránd [portálunknak adott interjúja](#) ban is elmondta, a közösségi futások alkalmával a futók nem saját edzettségükért, hanem a közösségi élményért és mozgásért szaladnak, ezért nem kell megijednie senkinek, kocogós tempóban, **időnként mindenkit bevárva futnak ki a Szarkakőre.**

A futóknak ajánlott terepcipőt, kesztyűt, sapkát, egy plusz felsőt, övtáskát és ivóvizet magukkal vinniük a **10 kilométeres távra**, amelynek útvonala a következő: Iskola utca (Gondúzó Étterem & Szálloda) - Szentimre utca - Kerekerdő – Szarkakő – Vissza – Kerekerdő - Szentimre utca - Iskola utca.

Ajánlott a helyszínre érkezni az indulás előtt, ugyanis 10 óra 40 percgig lehet regisztrálni a futásra, ez mindenkinek **ingyenes**, és a 11 órai indulás előtt egy közös bemelegítést is el lehet végezni a csapattal.