



Sport - Acea Run Rome The Marathon: *domani il "Get Ready" a Ponte Milvio*

Roma - 02 feb 2024 (Prima Notizia 24) Continuano gli allenamenti per i maratoneti che si preparano per la gara di domenica 17 marzo.

Continuano i "Get Ready", gli allenamenti collettivi a libera partecipazione, in vista della Acea Run Rome The Marathon di domenica 17 marzo. Domani si svolgerà, con partenza da Ponte Milvio, il terzo appuntamento per maratoneti e neofiti che vogliono prepararsi alla gara. I "Get Ready" sono training gratuiti e aperti a tutti coloro che vorranno partecipare alla Acea Run Rome the Marathon, alla Fun Run, corsa non competitiva di cinque chilometri che parte in coda alla maratona e arriva al Circo Massimo, o alla Acea Run4Rome Relay, la maratona in staffetta per team da quattro persone. Acea Run Rome The Marathon 2024 vuole lanciare un messaggio importante a tutti: #runforwater. L'acqua è una risorsa essenziale per la vita, per l'ambiente e per la nostra salute, va quindi tutelata e salvaguardata. Durante la corsa, i partecipanti hanno costante bisogno di dissetarsi e idratarsi correttamente: lungo il percorso dei "Get Ready" troveranno fontane pubbliche, segnalate con palloncini colorati, e nasoni - ben 2.500 in tutta la città – per dissetarsi e potranno avvalersi del supporto di nutrizionisti esperti nel corretto uso dell'acqua. Grazie alla app Acea WaidyWow, sviluppata dall'azienda, sarà possibile per i corridori anche individuare i punti idrici più vicini. Ciascun allenamento è un vero e proprio evento, una grande festa per i runner, con musica e distribuzione di gadget, alla presenza dei velocisti ufficiali della Acea Run Rome The Marathon, selezionati per dare il giusto ritmo ai corridori. Il "Get Ready" di domani sarà un percorso di 24 chilometri, con possibilità di correre anche frazioni inferiori. I prossimi appuntamenti dei Get Ready sono previsti il 17 febbraio 2024 (fino a 30 chilometri), il 9 marzo 2024 (fino a 14 chilometri). Per rimanere aggiornati sul calendario degli appuntamenti #RRTMGetReady, è possibile seguire il gruppo Facebook dedicato. Per maggiori informazioni si può scrivere a training@runromethemarathon.com.

(Prima Notizia 24) Venerdì 02 Febbraio 2024