

# Humanitarna utrka Europa Donna Zagreb Pink Run 2018.

*U subotu, 22. rujna 2018., s početkom u 19 sati, na zagrebačkom jezeru Bundek održat će se humanitarna utrka EUROPA DONNA ZAGREB PINK RUN koju organizira udruga Europa Donna Hrvatska – hrvatski forum protiv raka dojke*

Ovogodišnja utrka odvija se pod motom «Izađi na zrak i pobijedi (m)rak!», a koncipirana je na način da sudionici sami mogu birati koju će dužinu trčati. Naime, s obzirom da je staza na Bundeku kružna i duga 5 kilometara, moguće je odabrati jedan ili dva kruga, odnosno rutu dugu 5 ili 10 kilometara. Dužinu rute moguće je odabrati prilikom prijave, ali i nakon samog starta.

Osim utrke, na Bundeku će se od 16 do 23 sata odvijati zanimljiv program za sve uzraste kojim će organizator dati svoj doprinos podizanju svijesti o važnosti zdravog načina života. Posjetitelji će tako moći sudjelovati u različitim edukacijama, zdravstvenim i gastro radionicama, ali i uživati u zdravim smoothiejima, sokovima i koktelima, dok će sve o zdravoj prehrani moći saznati iz prve ruke, od nutricionistice Diane Gluhak.

Za sve one koji još aktivno ne trče, a željeli bi krenuti na pravi način, bit će organizirana škola trčanja, dok će se najmlađi posjetitelji moći zabaviti u dječjem kutku. Ovo sportsko-zabavno događanje zaokružiti će večernji koncert, a posjetitelje očekuju i uvijek atraktivne nagradne igre. Raznolik i bogat program vodit će Martina Validžić i Marijana Perinić.

Bilo da se u ovu utrku uključite aktivno, kao trkači, ili svojim dolaskom odlučite pružiti podršku trkačima i oboljelima od raka, svakako dođite na Bundek, provedite dan na zraku i učinite veliki korak prema svome zdravlju.

Humanitarna utrka Europa Donna Zagreb Pink Run ujedno je i najava «ružičastog mjeseca» - listopada - koji je svugdje u svijetu posvećen borbi protiv raka dojke. A upravo zdravi stilovi života, počevši od pravilne prehrane i tjelesne aktivnosti pa do redovitih liječničkih pregleda, važni su za očuvanje zdravlja i rano otkrivanje bolesti koje spašava živote.

***Do utrke je preostalo nešto manje od mjesec dana, a prijaviti se možete do 15 rujna, putem linka:***

<http://www.utrka.com/utrke/pinkrun/2018/info/>