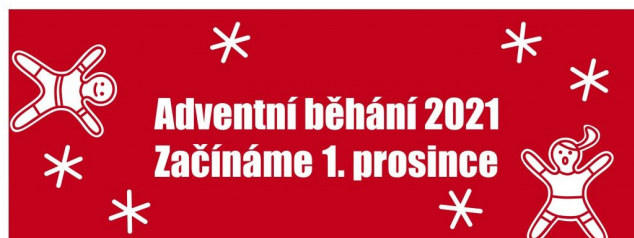


## Protáhněte si v prosinci tělo. Adventním běháním pomůžete i nemocným dětem



09. 11. 2021 15:23

**Anetka, Jirka, Ema, Gréta a Mia. Děti, které se potýkají s nepřízní osudu a jimž nyní může každý z nás pomoci. Stačí se zapojit do Adventního běhání, akce, jejímž cílem je získat peníze potřebné pro léčbu všech pěti zmíněných dětí. Adventní běh startuje 1. prosince.**

Adventní běhání potrvá od 1. do 25. prosince a pořádá se už sedmým rokem. Přidat se může každý, kdo je ochotný každý den běžet nejméně 30 minut. Je jedno jak rychle a jak daleko. Není přítom nutné pouze běžet, ale třeba coby začátečník můžete běh střídat s chůzí a využít i tak zvaný indiánský běh.

Organizátoři oslovují firmy, které chtějí projekt podpořit a které proplácí uběhnuté kilometry adventních běžců, za každý 1 kilometr zaplatí 1 korunu. Každý účastník každým svým během pomůže měnit život těm, kteří to potřebují.

Jak se přidat? Připojte se k facebookové skupině Adventní Běhání. Sdílejte se skupinou fotky a dojmy, jak vám běh či chůze šla. A pokud jste v Praze, tak s Adventňáky můžete běhat na živo každé pondělí, úterý, středu, čtvrtek a o víkendu. Nejsi v Praze? Nezoufej, protože letos v prosinci budou běhat skupiny třeba taky v Ostravě, Brně, Plzni, Blansku nebo Liberci.

Všechny informace o tom kde, kdy a co budou včas v událostech na facebookové stránce.

Běžci ze skupiny Adventní běhání jsou úžasní a platí si své uběhnuté kilometry také. A to nejen během prosince, ale po celý rok. Chceš se k nám přidat a taky si platit svoje kilometry a pomoci těm, kteří to potřebují? Tohle je číslo účtu naše neziskového spolku: 123-874520277/0100 (IBAN: CZ5201000001230874520277)

Podrobnosti na [www.adventnibehani.cz](http://www.adventnibehani.cz)