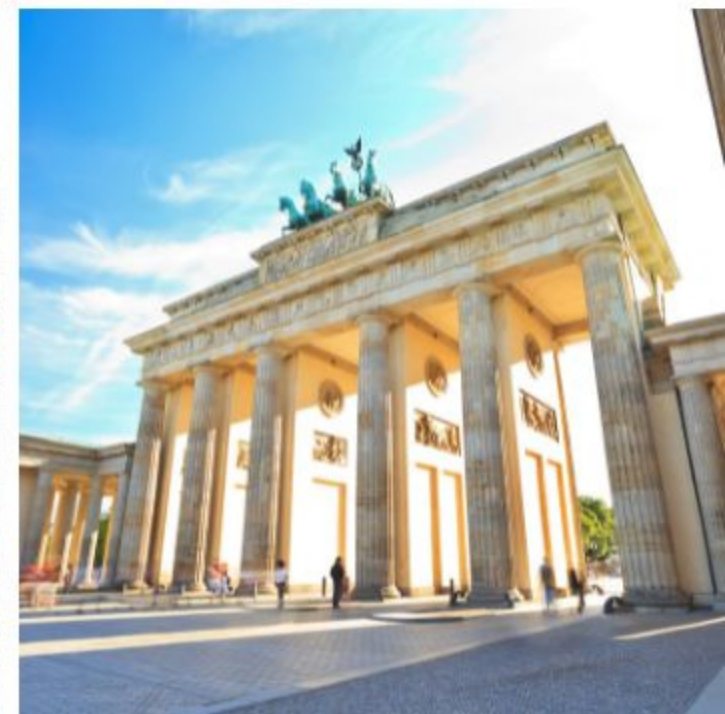
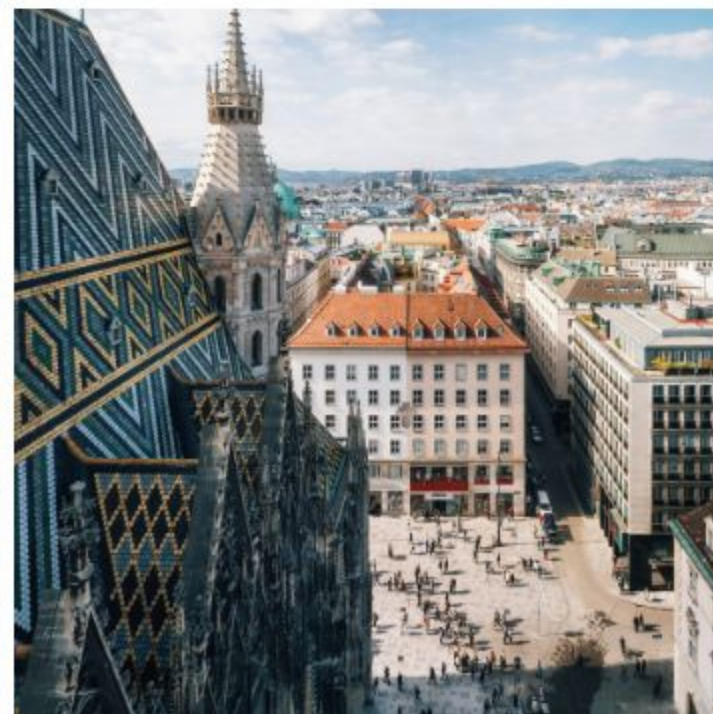




RUN AND WALK WITH CENTRAL
Connecting Miles, Embracing Cities: Virtual Run and Walk



O co se jedná?

- součást **Erasmus days** (1 - 10.10.)
- 10-denní **tréninková výzva**
- 1-denní charitativní běh a chůze
- **Běh a chůze**
- **Online a offline chůze**

- **Univerzitní týmy**
- **Cena pro nejlepší běžce/kyně a chodce/kyně**

Co musíte udělat?

- 1) Stáhnout aplikaci Strava a přihlásit se
- 3) Přidat se do jednoho z týmů



BĚH



CHŮZE

- Nemáš chytré hodinky nebo možnost Stravy?
- Nevadí, aktivitu nám pouze nahlásíš.

Program

- **TRÉNINKOVÁ VÝZVA 1.10. - 10.10,**
Nasbírej pro svou univerzitu co nejvíce kilometrů.
- **10.10. Hřeje mě pohyb**
*Pomoz společně propojit partnerské univerzity
přes Stravu nebo na atletickém oválu Fakulty
tělesné výchovy a sportu.*

Univerzity

Humboldt University
Berlín

Charles university
Praha

Eötvös Loránd University
Budapešť

University of Vienna
Viedeň

University of Warsaw
Varšava

Získej Central triko

1) Pošli fotku ze svého výběhu/procházky central-network@univie.ac.at a buď mezi prvními 5 nejrychlejšími, kteří získají triko.

or

2) Staň se jedním z TOP 3 běžců nebo chodců a vyhraž triko.



Kde najdeš více **INFORMACÍ?**

Central website

Erasmus days website



runandwalkwithcentral@gmail.com

#ERASMUS+
DAYS