

Run House



Programming



Run House Programming



Piątek, 20 Marca

17:00 - 18:15

Bieg Together Laps | @ Run House

Hosted by New Balance Run Club

18:30

Cool down session | @ Run House - Recovery Zone

Hosted by Edyta Litwiniuk

18:30 - 20:30

Open Zone | @ Run House

- Strefa testowania butów
- Strefa customizacji
- Strefa regeneracji
- Punkt tworzenia banerów dla kibiców
- DJ

20:30

Together Laps – Zakończenie | Run House

Run House Programming



Sobota, 21 Marca 1/2

10:30

Oficjalny Shakeout Run | @ Run House

Hosted by New Balance Run Club

11:15

Open Zone | @ Run House

- Strefa testowania butów
- Strefa customizacji
- Strefa regeneracji
- Punkt tworzenia banerów dla kibiców
- DJ

12:00

Bieganie jako styl życia: co mówią dane o współczesnych biegaczach? | @ Run House - Media Room

Hosted by Tomasz Koprowski

12:30

**Henryk Szost, polski rekordzista w maratonie –
ostatnie wskazówki przed debiutem
w półmaratonie | @ Run House - Media Room**

Hosted by Henryk Szost

13:30

Carb Loading | @ Run House

Run House Programming



Sobota, 21 Marca 2/2

- 13:00** **Prezentacja produktowa | @ Run House - Media Room**
- New Balance Ellipse
- Sesja Q&A z Joanną Jóźwik
Hosted by Marcin Pitala, Joanna Jóźwik
- 13:45** **Wideopodsumowania wydarzeń biegowych okiem
Bieganie.pl | @ Run House - Media Room**
- 13:30** **Stretch and Mobility Session | @ Run House - Recovery Zone**
Hosted by Kasia Żbikowska
- 14:30** **Stretch and Mobility Session | @ Run House - Recovery Zone**
Hosted by Marcin Sałata
- 15:30** **Stretch and Mobility Session | @ Run House - Recovery Zone**
Hosted by Edyta Litwiniuk & Ola Guzik
- 18:00** **Zakończenie dnia**

Run House Programming



Niedziela, 22 Marca

RACE DAY

9:00 - START

New Balance Bieg na Piątkę

11:00 - START

20. Półmaraton Warszawski

CHEER ZONE

09:00 - 15:00

Kibicuj razem z nami na trasie:

- Punkt tworzenia banerów dla kibiców
- Coffee Truck
- DJ

RUN HOUSE

13:30 - 19:00

- Wspólne świętowanie
- Strefa regeneracji
- Strefa testowania butów
- Strefa produktowa New Balance