

## Ya está aquí el primer equipo de running de Torrejón de Ardoz

**Si te gusta correr, te encantará la nueva iniciativa de Grupo Hostal. A partir del 23 de octubre comienzan los entrenamientos para aprender a correr adecuadamente o superar tu propia marca personal de la mano de un profesional del running, un deporte que cada día mueve a más gente en nuestro país.**

Sencilla, gratuita y enormemente gratificante, esta práctica deportiva no sólo favorece el bienestar físico y mental de quienes se enganchan a ella, sino que permite conocer la ciudad de una manera diferente, intercambiar experiencias con otros runners y sobre todo, pasar un buen rato.

Pero además de divertirnos, nuestro reto es conseguir participar en la San Silvestre de este año, que se celebrará como cada edición el 31 de diciembre. Para ello, Grupo Hostal organiza dos planes de preparación diferentes adecuados al nivel de cada participante (iniciación y avanzado), que se llevarán a cabo durante los meses de octubre, noviembre y diciembre, dos días a la semana en los siguientes horarios:

Horarios: Lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 horas (iniciación) y de 20 a 21 horas (avanzado)

\*Punto de encuentro: Parque de la Zarzuela (junto a la subida al montículo)

Los entrenamientos son completamente gratuitos. Para unirse al primer equipo de "Running Grupo Hostal" sólo tienes que ser mayor de edad, rellenar la ficha de inscripción que adjuntamos a continuación y enviárnosla por correo electrónico a [comunicacion@grupohostal.com](mailto:comunicacion@grupohostal.com) o llevarla en persona a Hostal Torrejón u Hotel Aída (Avenida de la Constitución 173 y 167, Torrejón de Ardoz).

Cálzate las deportivas porque correr no es de cobardes...

### OBSERVACIONES:

- Una vez recibidas todas las inscripciones Grupo Hostal, en colaboración con el entrenador, seleccionará a los integrantes de ambos equipos y el nivel correspondiente a cada participante.
  - La fecha límite de inscripción es el 13 de octubre.
  - El 18 de octubre Grupo Hostal anunciará los nombres de los integrantes de cada equipo en la página web [www.grupohostal.com](http://www.grupohostal.com) y en nuestras redes sociales.
  - La preparación comenzará el 23 de octubre.
  - Puesto que el objetivo es correr juntos la San Silvestre, quienes participen en la carrera deberán llevar la camiseta de "Running Grupo Hostal" que se les proporcionará días antes del evento, de manera gratuita.
  - En caso de inscribirse en la carrera, la cuota de inscripción deberá ser abonada por el corredor.
  - Grupo Hostal se reserva la potestad de resolver cualquier contingencia imprevista surgida en el desarrollo de la actividad.
-