

Dne 28. 10. 2021 jsme se společně s jedenácti spolupacienty, peerem Tomášem, doktorkou Zimmelovou a báječnými sestřičkami Magdou a Milčou rozhodli oslavit vznik republiky během na již tradiční akci Sokolský běh republiky. Počasí nám velice přálo, byl krásný slunečný podzimní den. Běh se konal v parku Stromovka v Českých Budějovicích. Bylo na výběr ze dvou variant, první 3 km, tedy jeden okruh parku a druhá 6 km, tedy dva okruhy. Většina z nás se nezalekla vzdálenosti a troufli si na celých 6 km. Atmosféra byla velice uvolněná a příjemná, člověk si ani nepřišel jak v léčebně. Za mě mohu říct, že jsem si to velice užil, rozhodl jsem se pro 6 km a kochal jsem se nádherným parkem, siluetami stromů ve slunečním svitu, padajícím barevným listím a předhánějícími spoluběžci :-). Velice si cením, že takovéto akce nám léčebna dovoluje absolvovat a nejen to, dokonce nás k nim motivují. Trénink v podobě nedělního běhu s peerem Tomášem je solidní základ a občasné proběhnutí na dva až tři kilometry se skupinou v týdnu je perfektní příprava na takovouto akci. Na závěr bych poděkoval paní doktorce Zimmelové a peerovi Tomášovi za organizaci, sestřičkám za doprovod a všem zúčastněným spolupacošům za podporu a super sportovní den!