



Urząd Miejski w Rabce-Zdroju

<https://gmina.rabka.pl/main/aktualnosci/Trening-z-Mistrzem-Wiktorem-Antoszem/idn:9250/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

Aktualności

08 paź 2024

kategoria:

Aktualności



Trening z Mistrzem Wiktorem Antoszem

7 października na Stadionie Miejskim w Rabce-Zdroju odbył się Trening z Mistrzem Wiktorem Antoszem.

Wiktor Antosz to Mistrz Polski w Biegach Górskich U20 – 2021r, Mistrz Polski U23 na 5000m, Wicemistrz Polski U23 na 3000m z przeszkodami – 2024, uczestnik Mistrzostw Europy U23 w Biegach Przełajowych – 2023. W samym 2024r. siedmiokrotnie stał na podium Mistrzostw Polski.

Wydarzenie było zorganizowane przez klub UKS Romer Rabka-Zdrój, którego wychowankiem jest Wiktor, przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego oraz Małopolskiego Związku Lekkiej Atletyki. Przy sprzyjającej pogodzie w treningu wzięło udział ponad 50 osób.

Wiktor opowiedział o swojej karierze, przeprowadził trening, dzielił się z młodymi zawodnikami swoim doświadczeniem, zwracał uwagę na aspekty związane z odżywianiem, regeneracją, systematycznością i świadomością treningu, odpowiedział także na liczne pytania uczestników.

Po treningu zawodnicy podziękowali Wiktorowi za wspólny trening oraz życzyli mu dalszych sukcesów i dużo zdrowia.

Więcej na stronie i facebooku <https://www.facebook.com/uksromer.rabka>

UKS Romer Rabka-Zdrój <http://uksromer.rabka.pl/2024/10/07/mistrzowski-trening/>



WPerucki_foto



WPerucki_foto





Redagował: Piotr Kuczaj

[poprzednia](#) [powrót do listy](#) **aktualności** [następna](#)