



## Why Run Milano, eventi e allenamenti settembre 2023

### Descrizione

## Why Run Milano

Presentato il calendario allenamenti di settembre del concept store Why " Run Milano di corso Sempione 6.

*Ogni giorno allenamenti di gruppo disponibili sia per chi corre da poco o chi " pi"1 veloce ed esperto*

MILANO " Il Parco Sempione, quel meraviglioso polmone verde al centro di Milano, " I" davanti, con lâ™imponente Arco della Pace a celebrarne lâ™ingresso. **Why Run Milano**, sito in **corso Sempione 6**, " dal 2021 la casa del running per i milanesi che chiedono e desiderano il massimo in termini di qualit" prodotti, consulenza, servizi.

Câ™" un cuore grande che pulsa in **Why Run Milano**, " quello dei tanti runner che frequentano le quotidiane iniziative che lo staff ha ideato, perch" correre " s" uno sport individuale ma con la giusta squadra, e **un team di esperti** a super visionare il tutto, si possono ottenere grandi e impensabili risultati.

Allenamenti, incontri, insegnamenti, gare, consulenza: **câ™" tutto nel concept store Why Run Milano**, tutti sono i benvenuti, dal neofita che corre ancora poco o forse solo cammina, fino al runner amatore assiduo e pi"1 esperto con tanti chilometri nelle gambe.

**PRENOTAZIONE E DOCCE** – Dopo la stagione estiva Why Run Milano riparte ora in settembre con tanto entusiasmo, arricchendo il calendario di tanti eventi ed experience da segnare con il cerchietto rosso. Per poter garantire il miglior servizio possibile, ogni presenza agli allenamenti **va prenotata sul sito** alla voce eventi o allenamenti. In tanti dei seguenti appuntamenti presso il negozio si potranno usufruire degli **spogliatoi e delle docce**

Tutti i **marted" alle 6.30** câ™" sempre **EASY RUN BY WHY RUN**. Con ritrovo presso il negozio, " una "Run&Photo per la citt" " , per godere della Milano all'alba che si sveglia e inizia a correre, saranno al massimo 10km in giro per la citt" con ritmo che varia tra 5:15 / 5:45 al



chilometro.

Tutti i **martedì alle 18.30** si vola con **RUN BY WR&NIKE**, un importante ritrovo per i Beginners, ovvero coloro che sono al primo approccio alla corsa, ideale per tutti coloro che vogliono iniziare. Si correrà al Parco Sempione e il ritrovo in piazza Castello.

Tutti i **Mercoledì alle 7:00 e tutti i Sabato alle 10:30** la corsa si tinge di rosa con **FLYING GIRLS ACADEMY**, running club che nasce dall'energia e dalla passione di coach Najla, con l'obiettivo di rendere la corsa uno sport accessibile a tutti, valorizzando lo spirito di squadra e le incredibili capacità di ognuno.

Tutti i **mercoledì alle 19** appuntamento con gli **Urban Runners**. Allenamenti tecnici suddivisi in 4 gruppi guidati da pacer esperti. Ideale per tutte le andature compresi i camminatori. Tutti gli allenamenti sono studiati dal coach Andrea Gornati. Il programma del mercoledì prevede allenamento tecnico in pista presso il Campo XXV Aprile oppure in Montagnetta. Il programma del venerdì prevede il ritrovo presso Why Run e un paio di giri del Parco Sempione sempre guidati da Pacer esperti con diverse andature.

Tutti i **giovedì alle ore 19** in programma **Sport Senza Frontiere-Runner Solidali**. Allenarsi, correre e fare del bene possibile. Sport Senza Frontiere Onlus lavora per favorire l'inclusione sociale, attraverso lo sport, di bambini e ragazzi che vivono in condizioni di disagio socio-economico. Lo slogan semplice ma importante: **CORRI CON NOI, CORRI PER LORO!** Ritrovo presso il negozio Whyrun ed allenamento al Parco Sempione aperto a tutti i livelli di runner.

È sempre **l'alba del martedì e del venerdì, alle 6.30**, ad accompagnare la **CREW DISTRICT SEMPIONE**, allenamento per esperti e veloci. Un allenamento tecnico impegnativo, con andature spesso in ripetuta fra 3:45 e 5:00 al chilometro. Il ritrovo da Why Run e si corre al Parco Sempione.

**SPECIAL EVENTS** – Tra gli eventi speciali e straordinari di questo settembre da segnare per **venerdì 15** **Pigiama Run** organizzata da Lilt nazionale Sez. Milano, il tutto si svolge in Porta Venezia alle 18:30. Sempre **Venerdì 15** appuntamento con **Citylife Night Run** con start alle 21:45. Si continua **sabato 16 e domenica 17** con **My Personal Trainer Days** con ritrovo all'Arco della Pace – Parco Sempione alle ore 10:00. **Lunedì 18** Settembre previsto alle 17.30 **Webinar The Loop Relay**, organizzato da MG Sport, a cura di Max Monaco, coach motivazionale e fondatore di 6Pi¹. **Venerdì 22 alle 19.00** presentazione e training a un mese da Monza21 e 2 mesi da Milano21, eventi di FollowYourPassion. Ancora **domenica 24** **la Run For Inclusion**, Arco della Pace – Parco Sempione alle ore 10:00.

### Questo il calendario ufficiale del mese di settembre:

Lunedì 4 Ore 19 Sport Senza Frontiere

Martedì 5 Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike Run + ore 19 SSF per The Loop + 19.30 Adidas

Mercoledì 6 Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 18.30 Brooks Pink Your Run + ore 19 Adidas



---

Giovedì 7 - Ore 19 SSFÂ e ore 19.30 Adidas

Venerdì 8 - Ore 6.30 Crew District Sempione + 19.30 Urban Runner per Milano

Sabato 9 - Ore 10.30 Flying Girls Academy

Lunedì 11 - Ore 19 Sport Senza Frontiere

Martedì 12 - Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike RunÂ + ore 19 SSF + 19.30 Adidas

Mercoledì 13 - Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 7.30 Flying Girls Academy + ore 18.30 Brooks Pink Your Run + ore 19 Adidas

Giovedì 14 - Ore 19 SSFÂ e ore 19.30 Adidas

Venerdì 15 - Ore 6.30 Crew District Sempione + 19.30 Urban Runner per Milano + Special Event Pigiama Run e City Life Night Run.

Sabato 16 - Ore 10.30 Flying Girls Academy. Special events ore 10 My Personal Trainer Days

Domenica 17 - Special events ore 10 My Personal Trainer Days

Lunedì 18 - Ore 19 Sport Senza Frontiere + ore 17.30 Webinar The Loop Relay, organizzato da Mg Sport, a cura di Max Monaco, coach motivazionale e fondatore di 6PiÃ¹.

Martedì 19 - Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike RunÂ + ore 19 + 19.30 Adidas

Mercoledì 20 - Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 7.30 Flying Girls Academy + ore 18.30 Brooks Pink Your Run + ore 19 Adidas

Giovedì 21 - Ore 19 SSFÂ + ore 19.30 Adidas + Ore 18 Workshop con Andrea Gornati e il dott. Angelo Costantiello, tema "Il piede questo sconosciuto", propriocettività e forza del piede.

Venerdì 22 - Ore 6.30 Crew District Sempione + 19.00 Presentazione e Training a un mese da Monza21 e 2 mesi da Milano21 eventi FollowYourPassion + 19.30 Urban Runner per Milano

Sabato 23 - Ore 10.30 Flying Girls Academy

Domenica 24 - Run for Inclusion - Parco Sempione



LunedÌ 25 “ Ore 19 Sport Senza Frontiere

Martedì 26 “ Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike Run + ore 19 SSF + 19.30 Adidas

Mercoledì 27 “ Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 7.30 Flying Girls Academy + ore 18.30 Brooks Pink Your Run + ore 19 Adidas

Giovedì 28 “ ore 19 SSF e ore 19.30 Adidas

Venerdì 29 – Ore 6.30 Crew District Sempione + 19.30 Urban Runner per Milano

Sabato 30 “ Ore 10.30 Flying Girls Academy

CHI È™ WHY RUN MILANO – Nato nel giugno 2021 per opera del marchio bresciano Sportland, WhyRun Milano, sito in corso Sempione, 6, “ il negozio di running che nasce dall’idea di supportare la passione della corsa a prescindere dall’obiettivo finale di ognuno.

È™ il luogo in cui chi ama correre pu² finalmente trovare tutte le risposte, WhyRun Milano “ un concept store dove c’è tutto ciò che un runner, amatoriale o assiduo che sia, pu² desiderare. Un vero e proprio tempio dedicato interamente a questo sport e che promette la miglior esperienza d’acquisto (e non solo) per chi ha fatto della corsa la sua pi¹ grande passione. Uno store contemporaneo, innovativo e a misura di appassionato di corsa, sia nel design che nell’experience. L’allestimento, studiato dal prestigioso Paul Cocksedge Studio, “ sorprendente: una vera e propria opera d’arte raffigurante una corsa che non si ferma mai e che accompagna i clienti lungo tutto il negozio. Gli spazi invece sono studiati per poter dedicare un servizio preciso e personalizzato ad ogni cliente.

Da WhyRun si trovano i migliori prodotti dei migliori brand: una vastissima scelta di scarpe, accessori, materiale tecnico, vestiario interamente dedicato al mondo running. Con WhyRun ognuno ha un mondo di servizi al servizio della sua corsa: spogliatoi (forniti di docce e armadietti) dove iniziare e terminare le corse cittadine, lanci esclusivi e prove gratuite di nuovi prodotti e tecnologie, aree dedicate in cui fare allenamenti e workshop in compagnia dei migliori brand e ambassador del running.

Ma non finisce qui: da WhyRun la corsa diventa uno sport di squadra. Perché anche uno sport individuale pu² migliorare se supportato da un team di esperti. Per questo da WhyRun si accompagna ogni sportivo in un percorso: si parte con il capire le sue esigenze, si prosegue con un’attenta analisi della corsa e della postura e solo dopo gli si consiglia il prodotto pi¹ adatto alle sue esigenze. Inoltre, per migliorare la propria performance, si pu² sempre contare sui preziosi consigli di nutrizionisti, posturologi e personal trainer che collaborano quotidianamente con Why Run Milano.