



Why Run Milano, ottobre 2023 eventi e allenamenti calendario

Descrizione

Why Run Milano

Ottobre è il mese dalla temperatura perfetta per correre o camminare, Why Run Milano propone tanti interessanti eventi per tutti i livelli

MILANO – L'autunno milanese: intenso, forte, potente, di corsa. **Corsa a Milano fa rima con Why Run Milano** e il suo Parco Sempione con il 'foliage', quella magica atmosfera e turbinio di colori dal verde al giallo e alle mille sfumature di rosso.

E poi ci sono loro, i runner e i camminatori, indomiti e innamorati del benessere, della luce, dell'ossigeno che si respira ad ogni passo. **Corso Sempione 6 è l'indirizzo ufficiale di Why-Run Milano**, il concept store per tutti i corridori, dai nuovi e freschi agli esperti e navigati, da chi corre veloce a chi ha il passo da lumaca ma c'è.

Ottobre un mese denso di appuntamenti per Why Run Milano, a un soffio di vento dall'Arco della Pace, che conferma tanti appuntamenti e la routine stabilità già in settembre e propone nuovi e interessanti appuntamenti in più.

Tra i ricordi più belli del settembre appena andato vale la pena ricordare il grande successo di partecipazione a **Find Your Run – Pink Edition con Brooks Running**, mentre ottobre è iniziato in salita, verrebbe da dire, grazie a **Salomon Running Milano** che domenica 1 ottobre ha scatenato sui sentieri e sulle asperità di Milano ben 2500 runner. Una gara trail running a Milano, sì si può, tra il Monte Stella (Montagnetta di San Siro), il Cono Elicoidale del Portello, lo stiloso parco CityLife, e tanti altri iconici luoghi della città. Why Run Milano è stato per tre giorni in Expo Village insieme e in supporto allo sponsor Salomon con tante attività e prova scarpe. Grande passione delle persone, grande interesse, grande adrenalina per uno degli eventi più amati.

LE AZIENDE – Tra le novità di ottobre ci sono le aziende. Sì, anche le aziende e i loro dipendenti stanno al cuore di Why Run Milano. Sono infatti iniziati gli allenamenti promossi da Tarpini Production per preparare i dipendenti di una azienda alla maratona di Parigi dell'Aprile 2024 e stanno per iniziare



gli allenamenti gestiti da **Sport Senza Frontiere per The Loop**: Martedì 10, 17, 31 ottobre dalle 19 alle 20.30.

Gli appuntamenti fissi:

Tutti i **martedì alle 6.30** la **EASY RUN BY WHY RUN**, ritrovo presso il negozio e una 'Run&Photo per la città', per godere della Milano all'alba che si sveglia e inizia a correre. Circa 10km in giro per la città 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 è 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** l'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 è 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 è semplice ma è importante: **CORRI CON NOI, CORRI PER LORO!** Ritrovo presso il negozio Whyrun ed allenamento al Parco Sempione aperto a tutti i livelli di runner.

E' 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 è da Why Run e si corre al Parco Sempione.

Tra le novità è bene prendere nota per i seguenti eventi:

- **Venerdì 6 ottobre** – Take Courage Tour con Saucony: Show test, gadget, Photo Booth e DJ set
- **Sabato 7 e domenica 8 ottobre** – Meda Urban Race con Villaggio adidas The Running Lab
- **Venerdì 20 ottobre** – Allenamento con Urban Runners e shoe-test Nike Vomero
- **Sabato 21 ottobre** – Allenamento con le Flying Girls e shoe-test Nike Vomero
- **Domenica 22 ottobre** – Community e Crew Why Run Milano saranno presenti alla Monza21 (5-10km non competitive, 10-21-30km competitivi) di FollowYourPassion.



– Da venerdì 27 a domenica 29 – Crew di Why Run presente alla Valle dei Segni Wine Trail.

Questo il calendario ufficiale del mese di ottobre:

Lunedì 2 – Ore 19 Sport Senza Frontiere

Martedì 3 – Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike Run + 19.30 adidas

Mercoledì 4 – Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 18.30 Brooks Find Your Run – Pink Edition + ore 19 adidas

Giovedì 5 – ore 19 SSF e ore 19.30 adidas

Venerdì 6 – Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 18.30 Take Courage Tour con Saucony: Show test, gadget, Photo Booth e DJ set + 19.30 Urban Runner per Milano e Training per Monza21 e Milano21 FollowYourPassion

Sabato 7 – Ore 10.30 Flying Girls Academy

Domenica 8 – Meda Urban Race (10km e Half Marathon)

Lunedì 9 – Ore 19 Sport Senza Frontiere

Martedì 10 – Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike Run + ore 19 SSF Training per The Loop + 19.30 adidas

Mercoledì 11 – Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 7.30 Flying Girls Academy + ore 18.30 Brooks Find Your Run – Pink Edition + ore 19 adidas

Giovedì 12 – ore 19 SSF e ore 19.30 adidas

Venerdì 13 – Ore 6.30 Crew District Sempione + 19.30 Urban Runner per Milano

Sabato 14 – Ore 10.30 Flying Girls Academy

Lunedì 16 – Ore 19 Sport Senza Frontiere. Special events + Shoe test e allenamento con New Balance dopo la DeeJay Ten per il lancio della nuova Fresh Foam 1080

Martedì 17 – Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike Run + ore 19 SFF Training per The Loop + 19.30 adidas



Mercoledì 18 – Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 7.30 Flying Girls Academy + ore 18.30 Brooks Find Your Run – Pink Edition + ore 19 Adidas

Giovedì 19 – ore 19 SSF + ore 19.30 adidas

Venerdì 20 – Ore 6.30 Crew District Sempione + 19.00 Presentazione e Training Milano21 + 19.30 Urban Runner per Milano + Shoe-test Nike Vomero + Training per Monza21 e Milano21 FollowYourPassion

Sabato 21 – Ore 10.30 Flying Girls Academy e shoe-test nuove Nike Vomero

Domenica 22 – Community e Crew Why Run Milano alla Monza21 (5-10km non competitive, 10-21-30km competitivi) di FollowYourPassion

Lunedì 23 – Ore 19 Sport Senza Frontiere

Martedì 24 – Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike Run + ore 19 SSF + 19.30 adidas

Mercoledì 25 – Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 7.30 Flying Girls Academy + ore 18.30 Brooks Find Your Run – Pink Edition + ore 19 Adidas

Giovedì 26 – ore 19 SSF e ore 19.30 Adidas

Venerdì 27 – Ore 6.30 Crew District Sempione + 19.30 Urban Runner per Milano

Sabato 28 – Ore 10.30 Flying Girls Academy

Domenica 29 – Crew di Why Run alla Valle dei Segni Wine Trail

Lunedì 30 – Ore 19 Sport Senza Frontiere

Martedì 31 – Ore 6.30 Why Run Easy Run&Photo per la città + ore 18.30 Nike Run + ore 19 SSF Training per The Loop + 19.30 adidas

Mercoledì 25 – Ore 6.30 Crew District Sempione + ore 7.30 Flying Girls Academy + Brooks Find Your Run – Pink Edition + ore 19 adidas

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 potrà usufruire degli **spogliatoi e delle docce**.

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

E' il luogo in cui chi ama correre può finalmente trovare tutte le risposte, WhyRun Milano è un concept store dove c'è tutto ciò che un runner, amatoriale o assiduo che sia, può 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 più 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, è 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 può 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 più adatto alle sue esigenze. Inoltre, per migliorare la propria performance, si può sempre contare sui preziosi consigli di nutrizionisti, posturologi e personal trainer che collaborano quotidianamente con Why Run Milano.