13 stycznia 2018 r. – Opole

parkrun Opole

Trasa biegu obejmuje 2 pętle w parku po 2500 m.
Start i meta znajdują się w alejce przy kawiarni Laba.

Jerzy Siemaszko (kat. 55-59) ustanowił nowy rekord **parkrun Opole** wg. współczynnika wieku (🔥**84,05%**🔥 z czasem **18:17**! 💪 WOW!).
Jurek, reprezentujący **BBL Opole**, zajął w tym biegu 2 miejsce generalnie.
Dotychczasowy rekord – 83,97 % (czas – 18:18) sprzed tygodnia, tj. 6.01.2018 r. również należał do Jurka.

Zdjęcia z rekordowego biegu Jurka :

Start do biegu …

Na pierwszej pętli …

Na drugiej pętli …

Było bardzo zimno. Jurek nie lubi takiej aury, ale dzięki pomocy biegacza dyktującego tempo (Daniel Sobczak, pierwszy na mecie z czasem – 18:11) ustanowił nowy rekord tej trasy wg. współczynnika wieku (84,05 %).