

boost girls muestran que corren a lo grande en santiago

Santiago, Chile. Domingo 3 de abril.- El día de hoy, durante la fiesta de *running* más grande de Chile, las #boostgirls demostraron que pueden correr a lo grande teniendo una mejoría de un promedio de 7 minutos en la distancia de 10 kilómetros ya probada hace un mes en el *World's Best 10K* de Puerto Rico.

Desde la fecha anterior, hasta hoy, en su segunda prueba, las chicas realizaron un trabajo donde principalmente debían lograr dominar el concepto físico de cambios de ritmo en la carrera para poder enfrentarse a este segundo reto en la ciudad de Santiago.

La dificultad más grande en la distancia de 10K en la Maratón de Santiago es que la ruta de la carrera tiene un 50% en falso plano en acenso y la otra mitad, en descenso. Al presentarse esta dificultad, gracias a su entrenamiento, las chicas lograron dosificar su fuerza durante la prueba venciénola con un control de la marcha a la salida y en los falsos planos, finalmente resultando en mejores tiempos.

Para Manuela Viale, #boostgirl de Argentina, esta competencia fue de mucha motivación porque su mejora de tiempo fue 17 minutos. Así también es el caso de alza de ánimos para Juliana Velásquez, quien recién en esta fecha se unió al grupo y corrió por primera vez la distancia de 10K e hizo 1 hora, un tiempo increíble para ella como amateur.

Según el entrenador de las #boostgirls, Will Vargas “las chicas demostraron que dejaron de hacer ejercicios y ahora están entrenando”, haciendo hincapié en el valor que tiene el entrenamiento previo a una competencia. Continuó diciendo: “Ahora las chicas conocen y se sienten confiadas con la distancia de 10K y empieza, entonces, el enfoque a mejorar tiempos. Inclusive tres de ellas –Andrea Vásquez (Panamá), Marialejandra Manotas (Colombia) y Rachel Apollonio (Brasil)- se aventuran a 21K en su tercera prueba en Lima, superando las expectativas que se tenían de que logaran correr esa distancia en la cuarta prueba en México.”

El entrenamiento desde hoy hasta la tercera fecha del recorrido de las #boostgirls por Latinoamérica, en el Maratón Lima 42K el 15 de mayo, constará en un plan muy intenso para las chicas que correrán 21K donde trabajarán técnica, resistencia y fuerza. El resto de las chicas superarán sus objetivos en los 10K, esta vez, en búsqueda de la velocidad.

Las #boostgirls usan indumentaria adidas 100% desarrollada para el beneficio del corredor. En esta ocasión, durante su prueba, utilizaron atuendos adizero y pureboost X. Para conocer más acerca de los productos adidas, visita www.adidas.com/running

Para saber más acerca de las #boostgirls, sigue la conversación en línea a través de sus redes propias en Instagram, Snapchat y Twitter, y en www.facebook/adidasrunning

-FIN-

Para mayor información de prensa:

Ana Priscilla Herrera

ana.priscilla.herrera@externals.adidas.com

Miriam Eskenazi

Miriam.eskenazi@adidas.com