**ΟΙ ADIDAS RUNNERS ATHENS ΞΕΧΩΡΙΣΑΝ ΣΤΟΝ 7Ο ΗΜΙΜΑΡΑΘΩΝΙΟ ΤΗΣ ΑΘΗΝΑΣ**

***- H adidas και οι adidas Runners Athens έδωσαν το δυναμικό παρών και πάλι σε ένα από τα μεγαλύτερα δρομικά γεγονότα της χρονιάς, τον 7ο Ημιμαραθώνιο της Αθήνας –***

***- Επίκεντρο του running community, η γυναικεία ομάδα των AR, #GirlsTakeCharge που έβαλαν τα δυνατά τους και έσπασαν το χρόνο των 30’ στον αγώνα 5χλμ -***

Οι **adidas Runners Athens** αγωνίζονται και πρωταγωνιστούν στα μεγαλύτερα running events της χώρας και δεν θα μπορούσαν να λείπουν από τον 7ο Ημιμαραθώνιο της Αθήνας στις 18 Μαρτίου.

Τόσο στα 21km όσο και στα 5km, τα μέλη των adidas Runners Athens ξεχώρισαν, ξεπερνώντας τον εαυτό τους και πετυχαίνοντας τους στόχους τους.

Οι adidas Runners Captains ξεχώρισαν με την **Ντενίζ Δημάκη** να καταλαμβάνει την 3η θέση στη γενική κατάταξη Γυναικών, σημειώνοντας χρόνο **1:23:56** και τον **Γρηγόρη Σκουλαρίκη** την 14η με χρόνο **1:16:27**. Αξιοσημείωτη και η 4η θέση στα 5 χιλιόμετρα της adidas Running Coach Κατερίνας Μπερδούση, αλλά και η 9η στη γενική κατάταξη αντρών του Youth Crew Member των AR, **Άγγελου Μαυρογιάννη**.

Ρόλο ‘**pacers**’ στη διαδρομή των 21km είχαν οι Running Coaches, **Δήμος Χρονόπουλος** και **Ραφαηντίνα Πατρικέλλη**, ο Strength Coach **Γιώργος Δανιήλ,** αλλά και η Youth Crew member και πρωταθλήτρια βάδην, **Σοφία Αλικανιώτη**, δίνοντας ξεχωριστούς ρυθμούς σε όλη τη διάρκεια του αγώνα, τερματίζοντας σε 1.40, 1.50, 2 και 2.10 ώρες αντίστοιχα, κατευθύνοντας τους δρομείς που τους ακολουθούσαν να πετύχουν το συγκεκριμένο χρόνο – στόχο τους.

Επίκεντρο της ομάδας φέτος, συγκεντρώνοντας την υποστήριξη και τη θετική ενέργεια όλων των μελών του μεγαλύτερου running community της πόλης, το γυναικείο running team των adidas Runners Athens, **‘GIRLS TAKE CHARGE’**, που απέδειξε ότι με συστηματική δουλειά και ολοκληρωμένη καθοδήγηση και υποστήριξη ο καθένας μπορεί να πετύχει το στόχο του μέσα στην κοινότητα των adidas Runners.

Η ομάδα ‘GIRLS TAKE CHARGE’, δημιουργήθηκε 2 μήνες πριν τον Ημιμαραθώνιο ως ένα special project της adidas στο πλαίσιο των adidas Runners Athens. 12 γυναίκες έως 30 ετών κάθε επιπέδου, με λίγη ή καθόλου running ή αθλητική εμπειρία, προπονήθηκαν εντατικά για τη διαδρομή των 5 χιλιμέτρων με στόχο να την ολοκληρώσουν σε λιγότερο από 30 λεπτά. Μέσα από ένα dedicated πλάνο προπονήσεων με εβδομαδιαία ειδικά runs και αποκλειστικά workouts, αλλά και με συνεχή επικοινωνία και υποστήριξη με τους Coaches και τους Captains των adidas Runners Athens, οι ‘GIRLS TAKE CHARGE’ αγωνίστηκαν, πετυχαίνοντας τον στόχο τους, έχοντας τη διαρκή στήριξη της Running Coach, **Ραφαηντίνας Πατρικέλλη** και της Strength Coach, **Χαράς Γιδαράκου**.

Και επειδή πάντα οι adidas Runners Athens συνδυάζουν την απόδοση με τη διασκέδαση και τη θετική ενέργεια, η παρέα συγκεντρώθηκε μετά το τέλος του αγώνα στο καθιερωμένο στέκι της ομάδας, το [**adidas Runbase**](https://www.facebook.com/pages/Adidas-Runbase/592889687567081), όπου όλοι οι δρομείς είχαν την ευκαιρία να απολαύσουν το απαραίτητο μασάζ αποκατάστασης καθώς και ένα δυναμωτικό brunch, ολοκληρώνοντας με τον καλύτερο τρόπο ακόμα μια δρομική εμπειρία.

**Η ομάδα συνεχίζει δυναμικά τις προπονήσεις της και είναι έτοιμη για νέες running εμπειρίες. Γι’ αυτό προσκαλεί και εσένα να βάλεις το τρέξιμο και τους adidas** **Runners** **στη ζωή σου! Κάνε την εγγραφή σου δωρεάν στο** [www.adidas.gr/adidasrunners](http://www.adidas.gr/adidasrunners) **και πάρε μέρος στις προπονήσεις των adidas** **Runners** **Athens!**

*Για περισσότερα νέα, μείνετε συντονισμένοι στη* [Facebook Page adidas Running](https://www.facebook.com/adidasRunning/), *στη* [Facebook Page adidas Runners Athens](https://www.facebook.com/groups/adidasrunnersath/) *και στο επίσημο profile της adidas στο Instagram @*[*adidasgr*](https://www.instagram.com/adidasgr/)*.*

.

**Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνείτε:**

**adidas:** Χριστίνα Παναγιώτου, Jr. Manager, Newsroom & Publishing, T: 2108930800, e-mail: [**christina.panagiotou@adidas.com**](mailto:christina.panagiotou@adidas.com)

**Asset Ogilvy Public Relations**: Βασιλική Σχίζα, Account Director

T: 210 6660857, e-mail**:** [**vassiliki.schiza@assetogilvy.gr**](mailto:vassiliki.schiza@assetogilvy.gr)

**Περισσότερα για τα Running νέα της adidas στα:**

[**www**.**adidas.gr/adidasrunners**](http://www.adidas.gr/adidasrunners/gr_GR/)

[C:\Users\orfanafr\Desktop\social buttons\facebook_color.png](https://www.facebook.com/adidasRunning) [**adidasRunnersAthens**](https://www.facebook.com/groups/adidasrunnersath/) [C:\Users\orfanafr\Desktop\social buttons\facebook_color.png](https://www.facebook.com/adidasRunning) [**adidasRunning**](https://www.facebook.com/adidasWomen/?fref=ts) [**@adidasgr**](http://www.instagram.com/adidasgr)

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την adidas  [**http://news.adidas.com/GR**](%20http://news.adidas.com/GR)