

Szanowni Państwo,

Nadszedł ten moment w **Wirtualnym Mukomarszu 2020**, w którym już oficjalnie możemy być z siebie dumni. Ćwiczymy, biegamy, jeździmy na rowerach i maszerujemy już trzeci tydzień.

Wspólnie zebraliśmy już ponad **5700 kilometrów** – prawdziwi z nas długodystansowcy!
Jednak nie poddajemy się i idziemy dalej!

Jednocześnie przypominamy, że w każdej chwili można dołączyć do **Run&Walk – Mukomarsz – Krok ku zdrowiu!** i zaangażować się w inicjatywę, której celem jest promocja zdrowego trybu życia. **Pokażmy pacjentom cierpiącym na mukowiscydozę nasze wsparcie!**

Organizatorem warsztatów już po raz drugi jest **Vertex Pharmaceuticals (Poland) Sp. z o. o.** przy wsparciu **Polskiego Towarzystwa Mukowiscydozy.**

<https://www.endomondo.com/challenges/44543081>

Wspólnie z każdego miejsca w Polsce
– idźmy razem w stronę lepszego oddechu!

Jak wziąć udział w wydarzeniu:

1. Pobierz aplikację Endomondo (dostępna na Android i iOS) na telefon.
2. Utwórz konto.
3. Kliknij w link: **Wirtualny Mukomarsz 2020**
4. W przeglądarce zaloguj się w górnym prawym rogu.
5. **Dołącz do rywalizacji!**
6. Otwórz aplikację oraz zakładkę Challenges, aby znaleźć rywalizację Mukomarsz
7. Wybierz trening i w dowolnie wybranej dziedzinie sportu postaraj się osiągnąć jak najlepszy wynik - wspólnie robimy krok ku zdrowiu!

Do zobaczenia na wirtualnej mecie 8 października!

W trakcie konferencji Polskiego Towarzystwa Mukowiscydozy prof. Dorota Sands ogłosi wyniki.

Rywalizacja ma charakter dobrowolny. Zachęcamy do rejestrowania się w sposób anonimowy. Celem organizatora nie jest zbieranie ani przetwarzanie danych osobowych w tym wydarzeniu.