

Tisková zpráva, 2. 3. 2017

---

## AKTIVNĚ S KNIHOVNOU, TENTOKRÁT PRO CYKLISTY A BĚŽCE

Krajská knihovna Františka Bartoše ve Zlíně připravuje vedle literárních, historických, cestovatelských nebo hudebních pořadů nově také sportovní akce. Pod názvem Aktivně s knihovnou přiblíží lidem další možnosti, jak mohou využít svůj volný čas a dozvědět se informace o zdraví a zdravém životním stylu.

V úterý 7. března v 17.00 hod. přijede do Zlína **Svatopluk Božák**, náš nejlepší vytrvalostní cyklista z Rožnova pod Radhoštěm. V roce 2012 jako první Čech dokončil v individuální kategorii nejdlejší a nejnáročnější cyklistický závod na světě RAAM – Race across America v čase 255 hodin a 41 minut a obsadil vynikající 6. místo. Účastník řady prestižních evropských ultramaratonů, např. Okolo střední Evropy, Okolo Slovinska, se v červnu 2017 pokusí zdolat 4800 km napříč Amerikou podruhé. Cyklista o svém prvním RAAMu napsal také knihu *Kdo spí, nevyhraje. „Zveme vás na jedinečnou besedu o ultracyclingu, přijďte se seznámit se Svatou Božákem, určitě si odnesete spoustu inspirace a motivaci pro jarní vyjíždky na kole“*, pozvala do knihovny vedoucí oddělení pro dospělé Dagmar Marušáková. Vstupné na tuto akci je 40 Kč, snížené 30 Kč a držitelé karty ZTP mají vstup zdarma.

Pro vyznavače pohybu „po vlastních“ je připravena další sportovní událost **Běhej s knihovnou** neboli **První jarní běh**. V úterý 21. března v 17.00 hod. se sejdou nadšenci běhání v knihovně v sále B, kde se dozvědí tipy, jak se připravovat na běžecký závod a jak si nastavit tréninkový plán. Instruktor kondičního běhu Bohuslav Komín nevynechá ani velmi diskutované téma a to stravování a správnou výživu běžců.

Následovat bude rozklusání a běžecká rozvíčka na platformě 14|15 BAŤOVA INSTITUTU a samotný běh v délce 5 km, částečně po trase zlínského Festivalového půlmaratonu. „*Prvního běhu s knihovnou loni na podzim se zúčastnilo kolem 50 běžců. Jsme rádi, že se nám podařilo opět domluvit skvělého instruktora a můžeme tak znovu vyběhnout. U nás v knihovně už máme menší běžeckou skupinu a těšíme se, že si zaběháme společně*“, doplnila projektová manažerka Ludmila Plačková. Knihovna zajistí zázemí i pitný režim pro běžce, poběží se za každého počasí. Akce je zdarma.

Více informací najdete na [www.kfbz.cz](http://www.kfbz.cz) nebo na Facebooku knihovny.

### **Kontakt:**

Ing. Ludmila Plačková  
Projektová manažerka, komunikace s veřejností  
tel.: 573 032 505, 734 860 722  
e-mail: [plackova@kfbz.cz](mailto:plackova@kfbz.cz)

### **Krajská knihovna Františka Bartoše ve Zlíně, příspěvková organizace**

14|15 BAŤŮV INSTITUT, budova 15, Vavrečkova 7040, 760 01 Zlín  
[www.kfbz.cz](http://www.kfbz.cz) / [info@kfbz.cz](mailto:info@kfbz.cz) / [www.facebook.com/zlinknihovna](https://www.facebook.com/zlinknihovna)