

WARSZAWSKI BIEGACZ

warszawskibiegacz.pl

Bartosz Olszewski to amator, który złamał granicę 2:30. To miłośnik, ale i zdyscyplinowany sportowiec. Biegł w tegorocznym Boston Maraton.

DLACZEGO CZYTAĆ? To zawodnik, który o bieganiu wie dużo i traktuje je naprawdę bardzo poważnie. Znajdziesz tu wiele praktycznych informacji i porad.

SAM O SOBIE W 2010 roku zdecydowałem, że zajmę się poważnie bieganiem. Postanowiłem złamać 3 godziny w maratonie. Później pasja się rozwijała. Interesuje mnie już nie tylko samo bieganie, ale wszystko, co z nim związane: trening, odżywianie, regeneracja, sprzęt biegowy, imprezy sportowe. Staram się pogłębiać wiedzę w tych tematach i chętnie się nią z innymi podzielę.