

## MaRS 2019

### Z Marathonu do Athén, nebo z Athén do Sparty?

#### 8. ročník 24hodinového cvičebního Maratonu s roztroušenou sklerózou napříč Evropou i všemi věkovými kategoriemi.

Historie Marathónu začíná 490 let př. n. l., kdy Perská říše poslala svou armádu proti Athéňanům, historie MaRS maratonu začala před osmi lety nápadem Romana Kvapila jak motivovat lidi s roztroušenou sklerózou k pravidelnému pohybu. Vyzvat všechny kolem sebe a jít cvičit společně.

Organizátorem celé akce je Nadační fond IMPULS ve spolupráci s místními patientskými sdruženími, které vzaly věc MaRS maratonu za své.

Týmy složené z nejen pacientů, ale i jejich rodin, přátel, lékařů, sester, terapeutů cvičily ve 30 městech na podporu lidí s roztroušenou sklerózou. Skládačka – puzzle, symbol MaRS maratonu - ale nejsou pouze jednotlivé týmy, jsou to také různá místa a různé formy sportovních disciplín.

Z Marathonu do Athén – tedy 42,196 km nebo z Athén do Sparty 246 km?

Jak ukázal letošní ročník, tak z Rennes do Prahy a zpět a to je 3 700 km, které ušli, uběhli, ujeli na rotopedu ve Francii. MaRS dokoce inspiroval skutečné maratónce, v Turecku se pět běžců Runanatolia připojilo svým výkonem k MaRS maratonu.

Účastníci akce si letos zacvičili v tradičním kruhovém tréninku, zúčastnili se skupinových lekcí pilates, jógy a relaxačního cvičení, vyzkoušeli si cviky na zlepšení jemné motoriky či trénink paměti, ale také si zaběhali, či prošli na vytyčených trasách. Nepřetržitě celých 24 hodin cvičily týmy lidí v Praze a už druhým rokem i v Bratislavě.

Postupně jsme se pomocí telemostu propojovali z centra MaRS maratonu v pražském FitnessActions s ostatními městy a vzájemně se podporovali. Do letošního ročníku se zapojilo celkem 34 míst (v 30 městech) z celé republiky i zahraničí, celkem 3 256 lidí, z toho nejmladšímu účastníkovi bylo půl roku a nejstaršímu 90 let.

Každý rok přináší malá překvapení, a kromě skutečných sportovců, kteří tuto akci podpořili buď přímo, nebo vzdáleně z horských úbočí, to je výtěžek ve výši 386 099 Kč.

#### Ten poputuje na podporu rehabilitace pro pacienty s RS.

Vám všem, kteří jste MaRS maraton podpořili, a tím pomohli tam, kde končí možnosti zdravotního pojištění, moc děkujeme.

Dobrý začátek, rychlý start a radost ze cvičení...



MaRS 2019 začíná startem prvního týmu, zároveň spojením s Francií, následuje vyslání symbolické štafety napříč Českem a Slovenskem, Roman Kvapila, Jan Čenský, Tomáš Karel a dech beroucí vystoupení mladých sportovců Tomáše Absolona a Zuzany Pšeničkové, za inspiraci a potěšení děkujeme. A kdo ještě potřeboval ke cvičení načerpat energii, Tam Tam Batucada se o to postarala. Týmy fyzioterapeutů, psychokoutek a hlavohrátky, kreslení mandal s Jankou Frýdlovou, a nakonec stovky nadšenců, kteří chtěli a přišli. Cvičit, zapojit se, podpořit dobrou věc.

Je to akce plná – pohybu, radosti a smyslu ☺. Smysluplná proto, že podporuje cvičení, zdravý životní styl, ukazuje, že život s RS nekončí. Propojuje nové světy a otevírá nové možnosti. Pro všechny. Nejen nemocné, jejich rodiny, ale také pro všechny ostatní, kterým ukazuje, že jsou tu lidé, kteří se nevzdávají. Kteří jsou stateční nemoci navzdory.



Děkujeme všem partnerům, bez kterých by MaRS 2019 nebyl: Merck, Roche, Novartis, Biogen, Sanofi-Genzyme, hlavnímu mediálnímu partnerovi Rádiu Impuls, Clarion Congress Hotelu Prague, společnosti Perfecto design, Asociaci fyzioterapeutů, Unii Roska a všem regionálním Roskám a MSA, MS Rehab, Slovenskému svazu MS, Albi za krásné hry, lékařům a sestřám a v neposlední řadě Vám všem, kteří jste přispěli dárcovskou DMS.

Děkujeme za velikou podporu, osobní, finanční, velmi si jí vážíme, děkujeme za to, že jste přišli a byli inspirací do dalších dní všem kolem sebe, že jste byli skvělý tým, že jste pomohli propojit světy...

Těšíme se za rok na 24h cvičebním maratónu MaRS 2020!

NF IMPULS