

A Dubai prende il via un mese dedicato allo sport sia virtuale che dal vivo

notizia pubblicata **05 Novembre 2020** alle ore **09:36** nella categoria **Esteri**



Ha preso il via la 4^a edizione della Dubai Fitness Challenge (DFC), iniziativa sportiva promossa da Sua Altezza lo Sceicco Hamdan bin Mohammed bin Rashid Al Maktoum, Principe della Corona di Dubai e Presidente del Consiglio Esecutivo della Città. Proponendo un entusiasmante mix di eventi e attività in modalità virtuale e dal vivo, il programma di quest'anno metterà in atto i più elevati standard di sicurezza e misure di distanziamento sociale per garantire a residenti e visitatori l'opportunità di rimanere connessi mentre si impegnano in 30 minuti di attività fisica quotidiana per 30 giorni. Durante tutto il mese, sarà disponibile un fitto calendario di eventi, attività sportive, programmi dedicati al benessere e sessioni virtuali per rendere il fitness accessibile e facile per tutti, e permettere a tutti di completare il traguardo di 30 giorni consecutivi di attività fisica.

Il 27 novembre, la città si trasformerà in una grande pista da corsa in occasione della Dubai Run, presentata da Mai Dubai, in associazione con Fitbit e Cigna. Residenti e visitatori sono invitati a unirsi al divertimento e cogliere un'occasione in più per mettersi in moto. Da Jebel Ali a Jumeirah o dal centro al Dubai Creek, ognuno può scegliere il suo percorso in qualsiasi quartiere della città, l'importante è divertirsi con gli amici o in famiglia.

Per supportare sia i runner principianti che i più allenati a dare il meglio di sé durante la Dubai Run, la DFC lancia 6 programmi di allenamento di 28 giorni appositamente curati da alcuni dei principali allenatori e

atleti professionisti della regione, tra cui Manal Rostom, Tania Lolla Kaddoura, Abdullah bin Hajjar, Luke Mathews, Lee Ryan e Luke Gaffney. I programmi di training saranno disponibili sul [sito web della Dubai Run](#) con un ventaglio di guide per tutti i livelli e gli obiettivi.

www.dubaifitnesschallenge.com