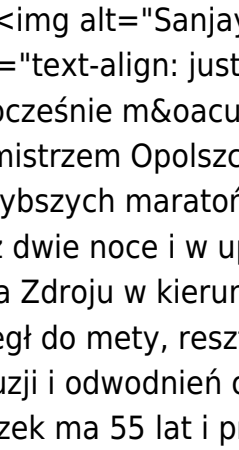


## Ultramaratończyk Sanjaya

Nyski maratończyk Sanjaya Jaraszek przebiegł najdłuższy do tej pory zorganizowany w Polsce bieg tzw. „Bieg 7 szczytów”. Ultramaraton liczący 240 km pokonał w 46 godzin i 15 minut - biegnąc w upale i przez dwie noce łącznie. Trasa wiodła od Łądka Zdroju przez Góry Stołowe a na 102 zawodników do mety dobiegło tylko 25.

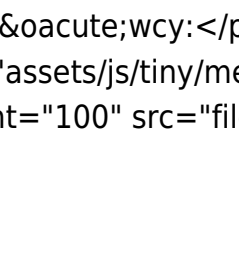

 - To najdłuższy do tej pory bieg, jaki został zorganizowany w Polsce i jednocześnie rekord życiowy – mi Sanjaya Jaraszek, który jest mistrzem Opolszczyzny z maratonach i jednocześnie plasuje się w krajowej czołówce najszybszych maratończyków.

Biegnąc bez przerwy, przez dwie noce i w upałach, zawodnicy musieli pokonać górzysty teren, począwszy od Łądka Zdroju w kierunku Czech, przez Góry Stołowe. Zaledwie co czwarty zawodnik dobiegł do mety, reszta zrezygnowała z ultramaratonu, były też przypadki udarów, kontuzji i odwodnień organizmu.

Dodajmy, że Sanjaya Jaraszek ma 55 lat i propaguje zdrowy styl życia. Jest weganinem, czyli nie je mięsa ani nabiału, żyje w zgodzie z naturą, codziennie biega po kilkadziesiąt kilometrów. Powiedział Radio Opole, że podczas „Biegu 7 szczytów” czuł się świetnie i nie miał żadnego kryzysu.

- Takie pokonywanie wewnętrznych barier daje mi dużo radości i satysfakcji - mi Sanjaya.

Postępuj naszemu rozmówcy:

  Dorota Kłonowska