



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Krzysztof Napierski

---

## **ETM 2024. Pobiegaliliśmy, pochodziliśmy, promowaliśmy mobilność**

Publikowane od  
23.09.2024 09:06:08



Kolejna odsłona Europejskiego Tygodnia Mobilności za nami. W Mławie w tym roku postawiliśmy na bieganie i nordic walking, zapraszamy mieszkańców na specjalne treningi pod okiem profesjonalnych instruktorów. Uczestnicy otrzymali pamiątkowe, przydatne gadżety. W naszych mediach natomiast

promowali?my alternatywne wobec prywatnych samochodów ?rodki lokomocji.

W czwartek 19 wrze?nia na wieczorne bieganie ulicami miasta zaprosi?a mieszk?ców grupa Biegaj w M?awie. Uczestnicy wyruszyli ze stadionu Miejskiego O?rodka Sportu i Rekreacji i ulic? Miko?aja Kopernika udali si? na Alej? Marsza?kowsk?, któr? przemierzyl? do skrzy?owania z dawn? drog? krajow? nr 7, nast?pnie zawrócili i pobiegli do ronda ?o?nierzy Wykl?tych, po czym t? sam? alej? wrócili na Miko?aja Kopernika i miejski stadion (oczywi?cie poruszaj?c si? chodnikami). – Przebiegli?my wspólnie ok. 5,5 km, czyli o 500 metrów wi?cej ni? zak?adali?my, ale w tak doborowym towarzystwie i ?wietnej atmosferze, która nas „nios?a”, mogliby?my pokona? nawet 10 km – relacjonuje prowadz?cy grup? trener Krzysztof Koziatek.

Sobota 21 wrze?nia z kolei nale?a?a do mi?o?ników nordic walking. Grupa pod kierunkiem trenerki Miejskiego O?rodka Sportu i Rekreacji w M?awie Ewy Branczewskiej zebra?a si? na parkingu u zbiegu ulic Miko?aja Kopernika i Aleja Marsza?kowska, by po krótkiej – obowi?zkowej przed wymarszem – rozgrzewce, ruszy? z kijkami jednym ze szlaków turystycznych wiod?cych przez m?awskie lasy. Przyjemna atmosfera, ?wietna pogoda oraz zdrowe, aromatyczne powietrze i odg?osy le?nej fauny sprawia?, ?e trening by? prawdziw? przyjemno?ci?. A dzi?ki profesjonalnym radom trenerki mo?na by?o doszlifywa? swoje umiej?tno?ci w tej, wbrew pozorom, wymagaj?cej dyscyplinie sportu.

Europejski Tydzie? Mobilno?ci w M?awie to jednak nie tylko wydarzenia promuj?ce zdrow? mobilno?? i aktywno?? fizyczn?, ale te? kampania informacyjna w mediach urz?du miasta. Na stronie [www.mlawa.pl](http://www.mlawa.pl) oraz profilu facebookowym Miasto M?awa pisali?my o:

- zasadach bezpiecznego u?ytkowania ?cie?ek rowerowych i chodników;
- szlakach turystycznych w M?awie i okolicach;
- grze miejskiej „Wyrzutki i ich skutki”;
- stacjach naprawy rowerów na terenie M?awy;
- Dniu bez Samochodu oraz M?awskiej Komunikacji Miejskiej;
- przestrzeni publicznej nale??cej do wszystkich.



Inicjatorem kampanii Europejski Tydzie? Mobilno?ci jest Komisja Europejska, za? jej koordynatorem na terenie Polski – Ministerstwo Infrastruktury. Tegoroczna edycja przebiega?a pod has?em „Wspó?dzielenie przestrzeni publicznej”, które oznacza lepiej zorganizowan? przestrze? publiczn? i wy?sz? jako?? ?ycia miejskiego.

KN / WP

fot.: Wioletta Mikuci?ska, Ewa Branczewska













---

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/artykul/etm-2024-pobiegalismy-pochodziliśmy-promowalismy-mobilność>