



**Opublikowane na:** Mława (mlawa.pl)

**Autor:** Krzysztof Napierski

---

## ETM 2025. Piątka z Biegaj w Mławie dla aktywnej mobilności

Publikowane od  
20.09.2025 07:55:45



Od 16 do 22 września w całej Europie obchodzony jest Europejski Tydzień Mobilności. Mława po raz kolejny przyłącza się do akcji. W tym roku przebiega ona pod hasłem „Mobilność dla każdego”. Zachęcając do zdrowej i aktywnej mobilności, grupa Biegaj w Mławie poprowadziła w czwartek 18 września rekreacyjny bieg dla mieszkańców. Po jego ukończeniu uczestnicy otrzymali gadżety promujące ETM.

W wieczornym biegu ulicami miasta wzięło udział dwadzieścia osób i... pies! Po krótkiej rozgrzewce na miejskim stadionie grupa ruszyła ulicami Mikołaja Kopernika i Aleja Marszałkowska, by pokonać w sumie ponad 5 kilometrów i wrócić na miejsce startu, gdzie na każdego czekały gadżety promujące Europejski Tydzień Mobilności przekazane przez Ministerstwo Infrastruktury. Tempo biegu było rekreacyjne, więc każdy z uczestników mógł go bez przeszkód ukończyć. Szerokie uśmiechy były najlepszym dowodem na to, że zdrowe endorfiny zadziałały i czwartkową wspólną aktywność można było z pewnością zaliczyć do udanych. Ten promujący zdrową mobilność trening z grupą Biegaj w Mławie poprowadził wykwalifikowany instruktor Krzysztof Koziątek.

Kolejne sportowo-rekreacyjne wydarzenie w ramach mławskich obchodów Europejskiego Tygodnia Mobilności – marsz Nordic Walking pod kierunkiem instruktor Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Mławie Ewy Branczewskiej – zaplanowano na dziś (sobota 20 września). Relację z niego zamieścimy na naszej stronie w poniedziałek.

*Organizatorem Europejskiego Tygodnia Mobilności jest Komisja Europejska, a jego koordynatorem na terenie Polski – Ministerstwo Infrastruktury.*

KN / W

























**MOBILITYACTION**   
registered at [www.mobilityweek.eu](http://www.mobilityweek.eu)

**Adres źródłowy:** <https://mlawa.pl/arttykul/etm-2025-piatka-z-biegaj-w-mlawie-dla-aktywnej-mobilnosci>