

‘रन रन रन... भागो रे... भागो रे...’

जाणा आपली सिटी,
रेडिओ सिटी सोबत!

विजते खेळाडू

प्रोमो-रनमध्ये धावल्याने माझा आत्मविश्वास दुणावला. १० किलोमीटर अंतर सहजरीत्या पार केले. विशेष म्हणजे 'लोकमत'ची यापुढील महामेरेथॉन स्पर्धा याच गटात जिंकून, असा माझा आत्मविश्वास दुणावला आहे.

- वंदीप शिंदे,
१० कि.मी. प्रोमो रन विजेता

कोल्हापूरमध्ये पहिल्यांदाच असा मोठा उपक्रम होत असल्याने सहभागी होतांना खूप छान वाटले. वेगळ्या उन्हास जाणवला. धावणे हे दीर्घायुष्यासाठी खूप उपयुक्त आहे.

- डॉ. अंजली धामणे,
१० कि.मी. प्रोमो रन विजेता

स्पर्धेचे नेटके संयोजन, दिशादर्शक, पायलट हे सर्व उन्हास वाढविणारे ठरले. या यशामुळे माझा आत्मविश्वास वाढला आहे. आता आणखी जोरदार तयारी करून महामेरेथॉनमध्ये उतरणार आहोत.

- पवन पाटील,
५ कि.मी. प्रोमो रन विजेता

मी प्रथमच या मेरेथॉन स्पर्धेत यश मिळविले आहे. नियमित सराव करते. 'लोकमत'मुळे मला एक व्यासपीठ मिळाले आहे. या यशामुळे महामेरेथॉन आता मला सोपी झाली आहे.

- कनम इंगळे,
५ कि.मी. प्रोमो रन विजेता

Kolhapur Maha Marathon
A LOKMAT INITIATIVE
18 Feb. 2018

कोल्हापूरमधील सर्वात मोठी हाफ मॅरेथॉन
२१km • १०km • ५km • ३km
१८ फेब्रुवारी २०१८
पोलीस ग्राऊंड, कोल्हापूर

नागपूर, औरंगाबादचा प्रतिसाद पाहून सहभागी
प्रोमो-रनमध्ये सहभागी झालेल्या धावपटूंमध्ये काही प्रथमच धावणारेही होते. त्यांच्या सहभागाचे कारण विचारले असता अनेक युवकांनी नियमित धावण्याचा सराव करतो. यासह सोशल मीडियावरून औरंगाबाद, नागपूर, नाशिक आदी ठिकाणी झालेल्या 'लोकमत महामेरेथॉन'ला लाभलेला प्रतिसाद व छायाचित्रे बघून सहभागी झाल्याचे सांगितले. त्यातील अनेकांनी तेथील नातेवाइकांकडून याबाबतची माहिती घेऊन रविवारी सकाळी पोलीस ग्राऊंड येथे झालेल्या 'लोकमत'च्या प्रोमो-रनमध्ये सहभागी झाल्याचे सांगितले.

सहभागी नागरिकांच्या प्रतिक्रिया

दहा वर्षांहून अधिक काळ मी विविध मेरेथॉन स्पर्धांमध्ये सहभागी होत आहे. शरीराला हितकारक म्हणून सर्वांनी धावले पाहिजे. 'लोकमत महामेरेथॉन'ने ही एक संधीच आम्हा कोल्हापूरकरांना उपलब्ध करून दिली आहे.

- बाबूराव गायकवाड, ज्येष्ठ धावपटू

खेळ कोणताही असो; त्यात तंदुरुस्तीवरच जिंकणे ठरते. त्यामुळे सर्व खेळाडूंनी दरोज किमान पाच किलोमीटर तरी धावले पाहिजे. जेणेकरून मानासह शरीराचाही थकवा गायब होतो.

- समर्थ अतुल पाटील, कुस्तीगीर

हल्ली मोबाईलच्या जगात अडकणाऱ्या युवावर्गांनी धावले तरच त्यांचे शरीर तंदुरुस्त बनेल. जितके धावाल तितके तंदुरुस्त राहाल. 'लोकमत महामेरेथॉन' ही कोल्हापूरकरांसाठी पर्वणीच आहे.

- माणिक पाटील, धावपटू व माजी नगरसेविका

नियमित धावल्यास शरीरही दीर्घायुषी होईल. 'लोकमत'ने प्रोमो-रन व महामेरेथॉनच्या रुपाने आबालवृद्धांना धावण्याची मोठी संधी उपलब्ध करून दिली आहे. उत्कृष्ट व नेटके नियोजनामुळे धावण्याचा उन्हास वाढला.

- मंगेश निनावे, धावपटू

अशा स्पर्धेतून आरोग्यासह मानसिक समाधानही मिळते. वयाच्या ६५ व्या वर्षी मी अशा स्पर्धेत धावू शकते, याचा मला खूप हेवा वाटतो.

- सुषमा फरुकेकर

कोल्हापुरात अशा प्रकारची उच्च दर्जाची मेरेथॉन होत असल्याने, कोल्हापुरातील आबालवृद्धांसाठी ही अनेखी सुवर्णसंधी 'लोकमत'च्या माध्यमातून मिळाली आहे.

- डॉ. सुमती कुलकर्णी

मला पोलीस व्हायचे आहे. या स्पर्धेतून मला धावण्याचा अनुभव मिळणार आहे. जेणेकरून पोलीस भरतीसाठी मैदानी चाचणी सराव होण्यासाठी मला मदत होईल.

- ऐश्वर्या पाटील

'लोकमत'ने स्पर्धेचे अत्यंत उच्च दर्जाचे नियोजन केले आहे. या स्पर्धेमुळे लोकांच्या मनात नक्कीच आरोग्याविषयी जनजागृती होईल. हा उपक्रम कौतुकास्पद आहे.

- राजू इंगळे

युवा पिढीला एक प्रेरणा देणारी स्पर्धा 'लोकमत'ने भरविली आहे. आमच्यासारख्या युवक-युवतींच्या आरोग्याच्या समस्या या स्पर्धेच्या माध्यमातून नक्कीच कमी होण्यास मदत होईल.

- श्रद्धा हजारे



भल्या पहाटे वॉर्मअपद्वारे नागरिक प्रोमो रनसाठी तयार झाले.

प्रोमो रनचे नियोजन उत्कृष्ट होते. आवश्यक त्या सुविधा होत्या. यातील सहभाग मस्त वाटला. महामेरेथॉनच्या भव्यतेची झलक मला अनुभववास आली.

- रवी साह, उच्चांग

जीवात आनंद घेतला पाहिजे. वयाची ६० वर्ष पूर्ण करून मी उत्साहाने जगत आहे. विविध मेरेथॉनमध्ये सहभागी होऊन धावत आहे. तरुणांसाठीदेखील आरोग्याकडे लक्ष द्यावे.

- दुंडाप्पा घोलराखे, निवृत्त पोलीस उपअधीक्षक

आरोग्य सुदृढ ठेवण्यासाठी व्यायाम हा महत्वाचा आहे. यात धावणे अधिक चांगले. त्याला प्रोत्साहन देणारा 'कोल्हापूर महामेरेथॉन'चा उपक्रम चांगला आहे.

- प्रा. सागर डेकेकर, शिवाजी विद्यापीठ

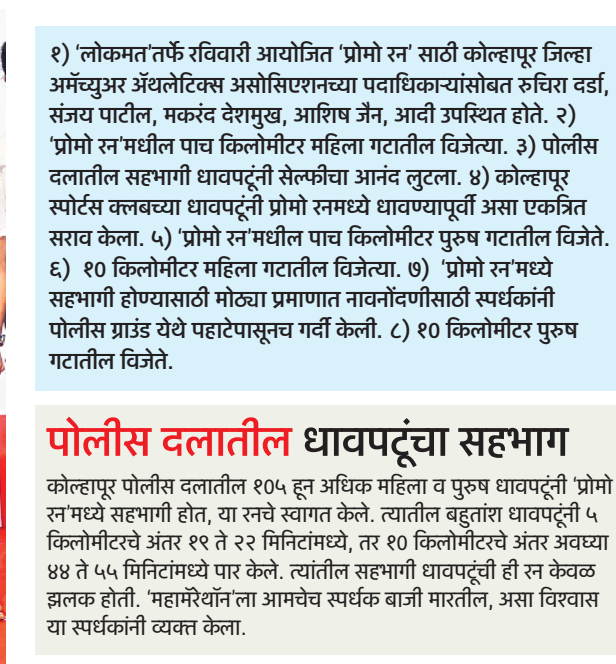


'प्रोमो रन'साठी एनसीसी कॅडेटच्या विद्यार्थ्यांनी मेरेथॉनची शिस्त राखण्यास मदत केली.

१) 'लोकमत'तर्फे रविवारी आयोजित 'प्रोमो रन' साठी कोल्हापूर जिल्हा अर्मेच्युअर अँथलेटिक्स असोसिएशनच्या पदाधिकाऱ्यांसोबत रुचिरा दर्डा, संजय पाटील, मकरंद देशमुख, आशिष जैन, आदी उपस्थित होते. २) 'प्रोमो रन'मधील पाच किलोमीटर महिला गटातील विजेत्या. ३) पोलीस दलातील सहभागी धावपटूंनी सेल्फीचा आनंद लुटला. ४) कोल्हापूर स्पोर्ट्स क्लबच्या धावपटूंनी प्रोमो रनमध्ये धावण्यापूर्वी असा एकत्रित सराव केला. ५) 'प्रोमो रन'मधील पाच किलोमीटर पुरुष गटातील विजेते. ६) १० किलोमीटर महिला गटातील विजेत्या. ७) 'प्रोमो रन'मध्ये सहभागी होण्यासाठी मोठ्या प्रमाणात नावनोंदणीसाठी स्पर्धकांनी पोलीस ग्राऊंड येथे पहाटेपासूनच गर्दी केली. ८) १० किलोमीटर पुरुष गटातील विजेते.

पोलीस दलातील धावपटूंचा सहभाग

कोल्हापूर पोलीस दलातील १०५ हून अधिक महिला व पुरुष धावपटूंनी 'प्रोमो रन'मध्ये सहभागी होत, या रनचे स्वागत केले. त्यातील बहुतांश धावपटूंनी ५ किलोमीटरचे अंतर ११ ते २२ मिनिटांमध्ये, तर १० किलोमीटरचे अंतर अवघ्या ४४ ते ५५ मिनिटांमध्ये पार केले. त्यातील सहभागी धावपटूंची ही रन केवळ झलक होती. 'महामेरेथॉन'ला आमचेच स्पर्धक बाजी मारतील, असा विश्वास या स्पर्धकांनी व्यक्त केला.



गीत-संगीताच्या तालावरील 'झुम्बा' डान्सद्वारे वॉर्म अप करून धावपटू हे प्रोमो रनसाठी सज्ज झाले.

बालधावपटूंना प्रोत्साहन देण्यासाठी डेरॉमन, छोटा भीम आणि मिर्ची माउस यांच्या वेशभूषेतील कलाकारांनी स्पर्धकांमध्ये एक वेगळीच रंगत आणली.



कोल्हापूर करमणूक				
पद्मा टायगर जिंदा है १२॥, ३॥, ६॥, १॥ वा.	रॉयल येरे येरे पैसा १२॥, १॥ वा. ओढ ३॥ वेडा बॉयफ्रेंड ६॥	प्रभात चिठ्ठी १२॥, निर्दोष ३॥, ६॥, १॥ वा.	सरस्वती लकी १२॥, ३॥, ६॥, १॥ वा.	शाहू ओढ १२॥ येरे येरे पैसा ३॥, ६॥, १॥ वा.
गांधीनगर गणेश हमारा तिरंगा १२, ३ वा. रक्षक ६, ९ वा.	पंचवटी चिठ्ठी १२, ६ वा. १९२१ ३, ९ वा.	इचलकरंजी भायरेखा येरे येरे पैसा १२, ३, ६, ९ वा. ३ रा आठवडा	फॉर्ब्युन येरे येरे पैसा ४.३०, ७.३०, १०.१५ वा. मुकाबाज ४, ६.४५ टायगर जिंदा है ३.४५, ९.३० १९२१ - ७, १० वा.	पेठवडगाव श्रीराम टायगर जिंदा है १२, ३, ९ वा.
				राजाराम हमारा तिरंगा १२.१५, ९.१५, चिठ्ठी ३.१५ वा.