

#RunWithEliud



#RunWithEliud

Le défi du marathon The Daily Mile



DÉPART

1

26

ARRIVÉE

#RunWithEliud



Votre classe peut-elle courir un marathon Daily Mile ?

En partant du 1, parcourez toute la piste en cochant un chiffre à chaque fois que votre classe court un Daily Mile. Combien de Daily Miles pouvez-vous courir ensemble d'ici le vendredi 29 novembre ?

Suivez le programme The Daily Mile comme d'habitude, en courant ou en vous promenant en plein air pendant 15 minutes, chaque jour si possible. Chaque Daily Mile effectué comptera pour un mile dans le défi du marathon The Daily Mile !

Afin de montrer votre classe courant The Daily Mile, n'oubliez pas de partager des photos sur Facebook, Twitter et Instagram en utilisant les hashtags #DailyMile et #RunWithEliud.

Vous pouvez également utiliser la balise @EliudKipchoge sur Twitter. Il saura ainsi que vous courez avec lui !

www.thedailymile.be