

[Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare Invitat special - Horia Colibășanu](#)

1. [Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanța și determinare. Invitat special - Horia Colibășanu](#)

**Ziare.Com**

Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seara, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnice Timișoara, cu workshop-ul "Sportul de plăcere vs. sportul de performanță", cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre fortarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul. În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutina, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al ..

2. [Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare. Invitat special – Horia Colibășanu](#)

**ZIUA  
DE VEST**

Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnice Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre fortarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul.

În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al Alergotura, cele două entități care, din acest an colaborează pentru organizarea Timișoara City Marathon, lect.dr. Alin Molcut, cadru didactic în cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport al UPT, a ținut o prezentare despre sport în general, atât de masă, cât și de performanță, arătând atât asemănările, cât și deosebirile dintre cele două aspecte, arătând beneficiile pe care le poate aduce practicarea sportului, subliniind importanța pregătirii corespunzătoare pentru obținerea rezultatelor așteptate, de la programul de antrenament, până la cel alimentar și chiar cel de odihnă.

Despre succese și eșecuri în alergarea de amatori au vorbit Cătălina Bocan, conferențiar la Facultatea de Arhitectură și Urbanism din cadrul UPT, dar și

participantă la curse de triatlon pe distanțe lungi, de tip X-Men și Iron Man (3,8 km înot, 180 km pedalare, 42 km alergare), Mara Guler, medic, legitimată la CS Universitatea Arad, Răzvan Farkaș, alergător de cursă lungă în echipa națională a României, membru Alergotura, Alina Preda, sportivă legitimată la ACS Super Sport Club Timișoara, membru Alergotura, Mircea Covaciu – maratonist, membru Alergotura toți participanții la maraton și ultramaraton, în țară și în străinătate, cu probe de alergare la limita rezistenței umane, de 100 km, 24 de ore, 48 de ore sau chiar mai mult.

Prezent la eveniment, conf.univ.dr.math. Liviu Cădariu-Brăiloiu, președintele Senatului Universității Politehnica Timișoara i-a felicitat și le-a mulțumit sportivilor pentru care cuvântul „a renunța” nu există în dicționar.

În ultima parte a evenimentului, invitatul special al serii, celebrul alpinist Horia Colibășanu, care a urcat, fără oxigen, pe 10 dintre cele mai înalte vârfuri de pe Terra, a vorbit despre „Perseverența în sportul de anduranță”. Cu această ocazie le-a împărtășit celor prezenți în sală din secretele escaladării la altitudini foarte înalte, riscurile asumate și forțarea limitelor organismului, subliniind că marea sa performanță nu a fost să urce toate acele vârfuri de peste 8000 de metri, ci să coboare viu și sănătos din fiecare expediție.

Timișoara City Marathon powered by UPT continuă sâmbătă, 2 octombrie 2024, de la ora 14:30, pe Stadionul Știința, cu evenimentul „104 pentru Poli”, tradiționala cursă de alergare în care studenții, cadrele didactice și toți cei care sunt alături de UPT aleargă un număr de tururi de pistă egal cu numărul anilor de existență ai universității, și duminică, 27 octombrie 2024, începând cu ora 8:00, cu Maratonul „Cavalerii Cetății” by Flexik Automation – cu start din Otelec, Semimaratonul „Eugeniu de Savoya” by Hella/Forvia, Crosul „Poarta Forforosa” – 10 km, Crosul „Batalionul Banat” – 4 km.

Programul evenimentului și alte detalii sunt disponibile pe <https://timisoaracitymarathon.ro>.

3. [Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare](#)

**OBSERVATOR**  **de TIMIȘ**  
*Știrile de lângă tine*

Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare

26 octombrie 2024 12:32 de Oana Mușat

Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare

Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnica Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre forțarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul.

În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al Alergotura, cele două entități care, din acest an colaborează pentru organizarea Timișoara City Marathon, lect.dr. Alin Molcut, cadru didactic în cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport al UPT, a ținut o prezentare despre sport în general, atât de masă, cât și de performanță, arătând atât asemănările, cât și deosebirile dintre cele două aspecte, arătând beneficiile pe care le poate aduce practicarea sportului, subliniind importanța pregătirii corespunzătoare pentru obținerea rezultatelor așteptate, de la programul de antrenament, până la cel alimentar și chiar cel de odihnă.

Despre succese și eșecuri în alergarea de amatori au vorbit Cătălina Bocan, conferențiar la Facultatea de Arhitectură și Urbanism din cadrul UPT, dar și participantă la curse de triatlon pe distanțe lungi, de tip X-Men și Iron Man (3,8 km înot, 180 km pedalare, 42 km alergare), Mara Guler, medic, legitimată la CS Universitatea Arad, Răzvan Farkaș, alergător de cursă lungă în echipa națională a României, membru Alergotura, Alina Preda, sportivă legitimată la ACS Super Sport Club Timișoara, membru Alergotura, Mircea Covaciu – maratonist, membru Alergotura toți participanți la maraton și ultramaraton, în țară și în străinătate, cu probe de alergare la limita rezistenței umane, de 100 km, 24 de ore, 48 de ore sau chiar mai mult.

Prezent la eveniment, conf.univ.dr.math. Liviu Cădariu-Brăiloiu, președintele Senatului Universității Politehnica Timișoara i-a felicitat și le-a mulțumit sportivilor pentru care cuvântul „a renunța” nu există în dicționar.

În ultima parte a evenimentului, invitatul special al serii, celebrul alpinist Horia Colibășanu, care a urcat, fără oxigen, pe 10 dintre cele mai înalte vârfuri de pe Terra, a vorbit despre „Perseverența în sportul de anduranță”. Cu această ocazie le-a împărtășit celor prezenți în sală din secretele escaladării la altitudini foarte înalte, riscurile asumate și forțarea limitelor organismului, subliniind că marea

sa performanță nu a fost să urce toate acele vârfuri de peste 8000 de metri, ci să coboare viu și sănătos din fiecare expediție.

Timișoara City Marathon powered by UPT continuă sâmbătă, 2 octombrie 2024, de la ora 14:30, pe Stadionul Știința, cu evenimentul „104 pentru Poli”, tradiționala cursă de alergare în care studenții, cadrele didactice și toți cei care sunt alături de UPT aleargă un număr de tururi de pistă egal cu numărul anilor de existență ai universității, și duminică, 27 octombrie 2024, începând cu ora 8:00, cu Maratonul „Cavalerii Cetății” by Flexik Automation – cu start din Otelec, Semimaratonul „Eugeniu de Savoya” by Hella/Forvia, Crosul „Poarta Forforosa” – 10 km, Crosul „Batalionul Banat” – 4 km.

Programul evenimentului și alte detalii sunt disponibile pe <https://timisoaracitymarathon.ro>.

4. [Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare Invitat special – Horia Colibășanu](#)



Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnica Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre forțarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul. În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al

5. [Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare Invitat special – Horia Colibășanu](#)



Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnica Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre forțarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul.

În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al Alergotura, cele două entități care, din acest an colaborează pentru organizarea Timișoara City Marathon, lect.dr. Alin Molcut, cadru didactic în cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport al UPT, a ținut o prezentare despre sport în general, atât de masă, cât și de performanță, arătând atât asemănările, cât și deosebirile dintre cele două aspecte, arătând beneficiile pe care le poate aduce practicarea sportului, subliniind importanța pregătirii corespunzătoare pentru obținerea rezultatelor așteptate, de la programul de antrenament, până la cel alimentar și chiar cel de odihnă.

Despre succese și eșecuri în alergarea de amatori au vorbit Cătălina Bocan, conferențiar la Facultatea de Arhitectură și Urbanism din cadrul UPT, dar și participantă la curse de triatlon pe distanțe lungi, de tip X-Men și Iron Man (3,8 km înot, 180 km pedalare, 42 km alergare), Mara Guler, medic, legitimată la CS Universitatea Arad, Răzvan Farkaș, alergător de cursă lungă în echipa națională a României, membru Alergotura, Alina Preda, sportivă legitimată la ACS Super Sport Club Timișoara, membru Alergotura, Mircea Covaciu – maratonist, membru Alergotura toți participanții la maraton și ultramaraton, în țară și în străinătate, cu probe de alergare la limita rezistenței umane, de 100 km, 24 de ore, 48 de ore sau chiar mai mult.

Prezent la eveniment, conf.univ.dr.math. Liviu Cădariu-Brăiloiu, președintele Senatului Universității Politehnica Timișoara i-a felicitat și le-a mulțumit sportivilor pentru care cuvântul „a renunța” nu există în dicționar.

În ultima parte a evenimentului, invitatul special al serii, celebrul alpinist Horia Colibășanu, care a urcat, fără oxigen, pe 10 dintre cele mai înalte vârfuri de pe Terra, a vorbit despre „Perseverența în sportul de anduranță”. Cu această ocazie le-a împărtășit celor prezenți în sală din secretele escaladării la altitudini foarte înalte, riscurile asumate și forțarea limitelor organismului, subliniind că marea sa performanță nu a fost să urce toate acele vârfuri de peste 8000 de metri, ci să coboare viu și sănătos din fiecare expediție.

Timișoara City Marathon powered by UPT continuă sâmbătă, 2 octombrie 2024, de la ora 14:30, pe Stadionul Știința, cu evenimentul „104 pentru Poli”, tradiționala cursă de alergare în care studenții, cadrele didactice și toți cei care sunt alături de UPT aleargă un număr de tururi de pistă egal cu numărul anilor de existență ai universității, și duminică, 27 octombrie 2024, începând cu ora 8:00, cu Maratonul „Cavalerii Cetății” by Flexik Automation – cu start din Otelec,

Semimaratonul „Eugeniu de Savoya” by Hella/Forvia, Crosul „Poarta Forforosa” – 10 km, Crosul „Batalionul Banat” – 4 km.

Programul evenimentului și alte detalii sunt disponibile pe <https://timisoaracitymarathon.ro>.

6. [Timisoara City Marathon powered by UPT a inceput cu un workshop despre performanta si determinare. Invitat special – Horia Colibasanu](#)

**Opinia**  
**TIMIȘOAREI.RO**

Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnica Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre forțarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul.

În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al Alergotura, cele două entități care, din acest an colaborează pentru organizarea Timișoara City Marathon, lect.dr. Alin Molcut, cadru didactic în cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport al UPT, a ținut o prezentare despre sport în general, atât de masă, cât și de performanță, arătând atât asemănările, cât și deosebirile dintre cele două aspecte, arătând beneficiile pe care le poate aduce practicarea sportului, subliniind importanța pregătirii corespunzătoare pentru obținerea rezultatelor așteptate, de la programul de antrenament, până la cel alimentar și chiar cel de odihnă.

Despre succese și eșecuri în alergarea de amatori au vorbit Cătălina Bocan, conferențiar la Facultatea de Arhitectură și Urbanism din cadrul UPT, dar și participantă la curse de triatlon pe distanțe lungi, de tip X-Men și Iron Man (3,8 km înot, 180 km pedalare, 42 km alergare), Mara Guler, medic, legitimată la CS Universitatea Arad, Răzvan Farkaș, alergător de cursă lungă în echipa națională a României, membru Alergotura, Alina Preda, sportivă legitimată la ACS Super Sport Club Timișoara, membru Alergotura, Mircea Covaciu – maratonist, membru Alergotura toți participanți la maraton și ultramaraton, în țară și în străinătate, cu probe de alergare la limita rezistenței umane, de 100 km, 24 de ore, 48 de ore sau chiar mai mult.



Prezent la eveniment, conf.univ.dr.math. Liviu Cădăriu-Brăiloiu, președintele Senatului Universității Politehnica Timișoara i-a felicitat și le-a mulțumit sportivilor pentru care cuvântul „a renunța” nu există în dicționar.

În ultima parte a evenimentului, invitatul special al serii, celebrul alpinist Horia Colibășanu, care a urcat, fără oxigen, pe 10 dintre cele mai înalte vârfuri de pe Terra, a vorbit despre „Perseverența în sportul de anduranță”. Cu această ocazie le-a împărtășit celor prezenți în sală din secretele escaladării la altitudini foarte înalte, riscurile asumate și forțarea limitelor organismului, subliniind că marea sa performanță nu a fost să urce toate acele vârfuri de peste 8000 de metri, ci să coboare viu și sănătos din fiecare expediție.

Timișoara City Marathon powered by UPT continuă sâmbătă, 2 octombrie 2024, de la ora 14:30, pe Stadionul Știința, cu evenimentul „104 pentru Poli”, tradiționala cursă de alergare în care studenții, cadrele didactice și toți cei care sunt alături de UPT aleargă un număr de tururi de pistă egal cu numărul anilor de existență ai universității, și duminică, 27 octombrie 2024, începând cu ora 8:00, cu Maratonul „Cavalerii Cetății” by Flexik Automation – cu start din Otelec, Semimaratonul „Eugeniu de Savoya” by Hella/Forvia, Crosul „Poarta Forforosa” – 10 km, Crosul „Batalionul Banat” – 4 km.

Programul evenimentului și alte detalii sunt disponibile pe <https://timisoaracitymarathon.ro>.

7. [Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare. Invitat special – Horia Colibășanu](#)



banatulmeu.ro  
Informația înseamnă putere

Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnica

Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre forțarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul.

În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al Alergotura, cele două entități care, din acest an colaborează pentru organizarea Timișoara City Marathon, lect.dr. Alin Molcut, cadru didactic în cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport al

UPT, a ținut o prezentare despre sport în general, atât de masă, cât și de performanță, arătând atât asemănările, cât și deosebirile dintre cele două aspecte, arătând beneficiile pe care le poate aduce practicarea sportului, subliniind importanța pregătirii corespunzătoare pentru obținerea rezultatelor așteptate, de la programul de antrenament, până la cel alimentar și chiar cel de odihnă.

Despre succese și eșecuri în alergarea de amatori au vorbit Cătălina Bocan, conferențiar la Facultatea de Arhitectură și Urbanism din cadrul UPT, dar și participantă la curse de triatlon pe distanțe lungi, de tip X-Men și Iron Man (3,8 km înot, 180 km pedalare, 42 km alergare), Mara Guler, medic, legitimată la CS Universitatea Arad, Răzvan Farkaș, alergător de cursă lungă în echipa națională a României, membru Alergotura, Alina Preda, sportivă legitimată la ACS Super Sport Club Timișoara, membru Alergotura, Mircea Covaciu – maratonist, membru Alergotura toți participanți la maraton și ultramaraton, în țară și în străinătate, cu probe de alergare la limita rezistenței umane, de 100 km, 24 de ore, 48 de ore sau chiar mai mult.

Prezent la eveniment, conf.univ.dr.math. Liviu Cădariu-Brăiloiu, președintele Senatului Universității Politehnica Timișoara i-a felicitat și le-a mulțumit sportivilor pentru care cuvântul „a renunța” nu există în dicționar.

În ultima parte a evenimentului, invitatul special al serii, celebrul alpinist Horia Colibășanu, care a urcat, fără oxigen, pe 10 dintre cele mai înalte vârfuri de pe Terra, a vorbit despre „Perseverența în sportul de anduranță”. Cu această ocazie le-a împărtășit celor prezenți în sală din secretele escaladării la altitudini foarte înalte, riscurile asumate și forțarea limitelor organismului, subliniind că marea sa performanță nu a fost să urce toate acele vârfuri de peste 8000 de metri, ci să coboare viu și sănătos din fiecare expediție.

Timișoara City Marathon powered by UPT continuă sâmbătă, 2 octombrie, de la ora 14:30, pe Stadionul Știința, cu evenimentul „104 pentru Poli”, tradiționala cursă de alergare în care studenții, cadrele didactice și toți cei care sunt alături de UPT aleargă un număr de tururi de pistă egal cu numărul anilor de existență ai universității, și duminică, 27 octombrie 2024, începând cu ora 8:00, cu Maratonul „Cavalerii Cetății” by Flexik Automation – cu start din Otelec, Semimaratonul „Eugeniu de Savoya” by Hella/Forvia, Crosul „Poarta Forforosa” – 10 km, Crosul „Batalionul Banat” – 4 km.



Programul evenimentului și alte detalii sunt disponibile pe <https://timisoaracitymarathon.ro>.

8. [Timișoara City Marathon a început cu un workshop despre performanță. Invitat special – Horia Colibășanu](#)



Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnica Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre forțarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul.

În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al Alergotura, cele două entități care, din acest an colaborează pentru organizarea Timișoara City Marathon, lect.dr. Alin Molcut, cadru didactic în cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport al UPT, a ținut o prezentare despre sport în general, atât de masă, cât și de performanță, arătând atât asemănările, cât și deosebirile dintre cele două aspecte, arătând beneficiile pe care le poate aduce practicarea sportului.

Despre succese și eșecuri în alergarea de amatori au vorbit Cătălina Bocan, conferențiar la Facultatea de Arhitectură și Urbanism din cadrul UPT, dar și participant la curse de triatlon pe distanțe lungi, de tip X-Men și Iron Man (3,8 km înot, 180 km pedalare, 42 km alergare), Mara Guler, medic, legitimată la CS Universitatea Arad, Răzvan Farkaș, alergător de cursă lungă în echipa națională a României, membru Alergotura, Alina Preda, sportivă legitimată la ACS Super Sport Club Timișoara, membru Alergotura, Mircea Covaciu – maratonist, membru Alergotura, cu toți participanții la maraton și ultramaraton, în țară și în străinătate, cu probe de alergare la limita rezistenței umane, de 100 km, 24 de ore, 48 de ore sau chiar mai mult.

Prezent la eveniment, conf.univ. Liviu Cădariu-Brăiloiu, președintele Senatului Universității Politehnica Timișoara i-a felicitat și le-a mulțumit sportivilor pentru care cuvântul „a renunța” nu există în dicționar.

În ultima parte a evenimentului, invitatul special al serii, celebrul alpinist Horia Colibășanu, care a urcat, fără oxigen, pe 10 dintre cele mai înalte vârfuri de pe Terra, a vorbit despre „Perseverența în sportul de anduranță”. Cu această ocazie

le-a împărtășit celor prezenți în sală din secretele escaladării la altitudini foarte înalte, riscurile asumate și forțarea limitelor organismului, subliniind că marea sa performanță nu a fost să urce toate acele vârfuri de peste 8000 de metri, ci să coboare viu și sănătos din fiecare expediție.

Timișoara City Marathon powered by UPT continuă sâmbătă, 2 octombrie 2024, de la ora 14:30, pe Stadionul Știința, cu evenimentul „104 pentru Poli”, tradiționala cursă de alergare în care studenții, cadrele didactice și toți cei care sunt alături de UPT aleargă un număr de tururi de pistă egal cu numărul anilor de existență ai universității, și duminică, 27 octombrie 2024, începând cu ora 8:00, cu Maratonul „Cavalerii Cetății” by Flexik Automation – cu start din Otelec, Semimaratonul „Eugeniu de Savoya” by Hella/Forvia, Crosul „Poarta Forforosa” – 10 km, Crosul „Batalionul Banat” – 4 km.

Programul evenimentului și alte detalii sunt disponibile pe <https://timisoaracitymarathon.ro>.

9. [Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare Invitat special – Horia Colibășanu](#)



Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnica Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre forțarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul.

În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al Alergotura, cele două entități care, din acest an colaborează pentru organizarea Timișoara City Marathon, lect.dr. Alin Molcut, cadru didactic în cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport al UPT, a ținut o prezentare despre sport în general, atât de masă, cât și de performanță, arătând atât asemănările, cât și deosebirile dintre cele două aspecte, arătând beneficiile pe care le poate aduce practicarea sportului, subliniind importanța pregătirii corespunzătoare pentru obținerea rezultatelor

așteptate, de la programul de antrenament, până la cel alimentar și chiar cel de odihnă.

Despre succese și eșecuri în alergarea de amatori au vorbit Cătălina Bocan, conferențiar la Facultatea de Arhitectură și Urbanism din cadrul UPT, dar și participantă la curse de triatlon pe distanțe lungi, de tip X-Men și Iron Man (3,8 km înot, 180 km pedalare, 42 km alergare), Mara Guler, medic, legitimată la CS Universitatea Arad, Răzvan Farkaș, alergător de cursă lungă în echipa națională a României, membru Alergotura, Alina Preda, sportivă legitimată la ACS Super Sport Club Timișoara, membru Alergotura, Mircea Covaciu – maratonist, membru Alergotura toți participanți la maraton și ultramaraton, în țară și în străinătate, cu probe de alergare la limita rezistenței umane, de 100 km, 24 de ore, 48 de ore sau chiar mai mult.

Prezent la eveniment, conf.univ.dr.math. Liviu Cădariu-Brăiloiu, președintele Senatului Universității Politehnica Timișoara i-a felicitat și le-a mulțumit sportivilor pentru care cuvântul „a renunța” nu există în dicționar.

În ultima parte a evenimentului, invitatul special al serii, celebrul alpinist Horia Colibășanu, care a urcat, fără oxigen, pe 10 dintre cele mai înalte vârfuri de pe Terra, a vorbit despre „Perseverența în sportul de anduranță”. Cu această ocazie le-a împărtășit celor prezenți în sală din secretele escaladării la altitudini foarte înalte, riscurile asumate și forțarea limitelor organismului, subliniind că marea sa performanță nu a fost să urce toate acele vârfuri de peste 8000 de metri, ci să coboare viu și sănătos din fiecare expediție.

Timișoara City Marathon powered by UPT continuă sâmbătă, 2 octombrie 2024, de la ora 14:30, pe Stadionul Știința, cu evenimentul „104 pentru Poli”, tradiționala cursă de alergare în care studenții, cadrele didactice și toți cei care sunt alături de UPT aleargă un număr de tururi de pistă egal cu numărul anilor de existență ai universității, și duminică, 27 octombrie 2024, începând cu ora 8:00, cu Maratonul „Cavalerii Cetății” by Flexik Automation – cu start din Otelec, Semimaratonul „Eugeniu de Savoya” by Hella/Forvia, Crosul „Poarta Forforosa” – 10 km, Crosul „Batalionul Banat” – 4 km.

10. [Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre performanță și determinare Invitat special – Horia Colibășanu](#)



Timișoara City Marathon powered by UPT a început cu un workshop despre diferențele dintre sportul de plăcere și cel de performanță, având invitați care au împărtășit povești inspiraționale despre depășirea limitelor.

Prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină a moderat întâlnirea, iar lect.dr. Alin Molcut a prezentat beneficiile sportului și importanța pregătirii corespunzătoare pentru obținerea rezultatelor dorite.

Cătălina Bocan, Mara Guler și alții au discutat despre succesele și eșecurile întâlnite în alergarea de amatori, evidențiind provocările competițiilor de ultramaraton.

Președintele Senatului UPT, conf.univ.dr.math. Liviu Cădăriu-Brăiloiu, a apreciat eforturile sportivilor și determinarea acestora de a nu renunța.

Evenimentele continuă pe 2 și 27 octombrie 2024, incluzând cursa tradițională '104 pentru Poli' și maratonul 'Cavalerii Cetății', cu detalii disponibile pe site-ul oficial.

Timișoara City Marathon powered by UPT a început vineri seară, la Centrul de Conferințe al Universității Politehnica Timișoara, cu workshop-ul „Sportul de plăcere vs. sportul de performanță”, cu o serie de invitați care i-au inspirat pe toți cei prezenți în sală cu poveștile lor despre forțarea limitelor, despre munca uriașă, dar și satisfacția pe măsură pe care o aduce sportul.

În debutul întâlnirii, moderate de prof.univ.dr.ing. Adrian Ciutină, cadru didactic al UPT, dar și reprezentant al Alergotura, cele două entități care, din acest an colaborează pentru organizarea Timișoara City Marathon, lect.dr. Alin Molcut, cadru didactic în cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport al UPT, a ținut o prezentare despre sport în general, atât de masă, cât și de performanță, arătând atât asemănările, cât și deosebirile dintre cele două aspecte, arătând beneficiile pe care le poate aduce practicarea sportului, subliniind importanța pregătirii corespunzătoare pentru obținerea rezultatelor așteptate, de la programul de antrenament, până la cel alimentar și chiar cel de odihnă.

Despre succese și eșecuri în alergarea de amatori au vorbit Cătălina Bocan, conferențiar la Facultatea de Arhitectură și Urbanism din cadrul UPT, dar și participantă la curse de triatlon pe distanțe lungi, de tip X-Men și Iron Man (3,8 km înot, 180 km pedalare, 42 km alergare), Mara Guler, medic, legitimată la CS Universitatea Arad, Răzvan Farkaș, alergător de cursă lungă în echipa națională a României, membru Alergotura, Alina Preda, sportivă legitimată la ACS Super Sport Club Timișoara, membru Alergotura, Mircea Covaciu – maratonist, membru Alergotura toți participanții la maraton și ultramaraton, în țară și în străinătate, cu probe de alergare la limita rezistenței umane, de 100 km, 24 de ore, 48 de ore sau chiar mai mult.

Prezent la eveniment, conf.univ.dr.math. Liviu Cădăriu-Brăiloiu, președintele Senatului Universității Politehnica Timișoara i-a felicitat și le-a mulțumit sportivilor pentru care cuvântul „a renunța” nu există în dicționar.

În ultima parte a evenimentului, invitatul special al serii, celebrul alpinist Horia Colibășanu, care a urcat, fără oxigen, pe 10 dintre cele mai înalte vârfuri de pe Terra, a vorbit despre „Perseverența în sportul de anduranță”. Cu această ocazie le-a împărtășit celor prezenți în sală din secretele escaladării la altitudini foarte înalte, riscurile asumate și forțarea limitelor organismului, subliniind că marea sa performanță nu a fost să urce toate acele vârfuri de peste 8000 de metri, ci să coboare viu și sănătos din fiecare expediție.

Timișoara City Marathon powered by UPT continuă sâmbătă, 2 octombrie 2024, de la ora 14:30, pe Stadionul Știința, cu evenimentul „104 pentru Poli”, tradiționala cursă de alergare în care studenții, cadrele didactice și toți cei care sunt alături de UPT aleargă un număr de tururi de pistă egal cu numărul anilor de existență ai universității, și duminică, 27 octombrie 2024, începând cu ora 8:00, cu Maratonul „Cavalerii Cetății” by Flexik Automation – cu start din Otelec, Semimaratonul „Eugeniu de Savoya” by Hella/Forvia, Crosul „Poarta Forforosa” – 10 km, Crosul „Batalionul Banat” – 4 km.

Programul evenimentului și alte detalii sunt disponibile pe <https://timisoaracitymarathon.ro>.