*Pressemelding fra Runner's World Norge*

**Runner's World lanserer virtuell løpsserie**

*Når vårsesongen utgår, må man finne nye måter å konkurrere på for å holde motivasjonen oppe. Runner's World lanserer nå en serie virtuelle løp under navnet Runner's World Challenge.*

Runner's World Challenge vil tilby virtuelle løp og månedlige utfordringer i tiden fremover, med slagordet Run Safe, Run Solo, Stay Sane. Ved lanseringen fredag 27. mars, er foreløpig ett løp og én månedsutfordring spikret.

**Mil etter mil i april**

De første utfordringene man kan melde seg på er "mil etter mil i april" hvor man kan velge mellom en totaldistanse på 42, 150 eller 300 kilometer som skal tilbakelegges i løpet av april måned. Her er målet at man skal strekke seg litt for å oppnå en totaldistanse som er overkommelig, men gjerne litt høyere enn hva man vanligvis har.   
– Enn så lenge er løping tillatt, og så lenge man ivaretar alle restriksjoner, er det bare et stort pluss for hodet og husfreden om man får luftet seg litt, sier Sara Skarabot Pedersen fra arrangøren Runner's World Norge.

**Langfredagsmaraton**

I tillegg arrangeres et virtuelt løp i påsken, Langfredagsmaraton, hvor man kan velge mellom de klassiske distansene halv- og helmaraton.

– Det fine med virtuelle løp er at alle kan være med. Her er det ingen cut off-tider, ei heller noe offisielt startskudd. Du starter når du vil, løper hvor du vil, og gjennomfører i akkurat det tempoet du vil, sier Skarabot Pedersen.

**Medalje og mestring**

Til tross for at du må gjennomføre løpet uten medløpere, fartsholdere og tusenvis av tilskuere, kan et virtuelt løp gi deg den etterlengtede konkurransefølelsen. Strava-gruppene tilknyttet hver utfordring fungerer som et virtuelt startfelt og en virtuell heiagjeng, og bidrar til at man kanskje pusher litt ekstra. Virtuelle drikkestasjoner er vanskelig å tilby, men medaljen dukker opp i postkassa di noen dager senere, og det bidrar ytterligere til at ventetiden fram mot høstens "ekte" løp synes noe kortere.

– De fleste som identifiserer seg som løpere er nok enige i at de først og fremst løper fordi de liker å løpe. Men dette med konkurranser gir en ekstra dimensjon til løpingen, og veldig mange finner dette motiverende. Det dreier seg nok ikke bare om jakten på gode tider, men også samholdet og fellesskapsfølelsen det gir av stå på en startstrek med mange andre løpere og dermed kjenne på det at man er en del av noe større. Våre virtuelle løp kan riktignok ikke tilby et gigantisk startfelt, men fellesskapsfølelsen og mestringen – den lever i like stor grad, avslutter Skarabot Pedersen.

Link til nettside: <https://runnersworldchallenge.no/>