

# Rowerem przez Polskę – o pasji do dwóch kółek opowiada Agnieszka Hanke

Każdy z nas ma swoje pasje i marzenia. Wynika to z predyspozycji lub zamiłowania do pewnych rzeczy. Dla jednych jest to relaks i ucieczka od rzeczywistości, dla innych po prostu sposób na życie. Większość swojego czasu poświęcamy na pracę zapominając o tym że i umysł i ciało potrzebują odpoczynku i regeneracji. Nie od dziś wiadomo bowiem że najlepszy sposób na oczyszczanie umysłu przynosi nam aktywność fizyczna. To dzięki ruchowi pozwalamy aby nasz umysł i ciało odpoczęło i dotleniło swe komórki. Dzisiejszy wywiad przeprowadziliśmy z panią Agnieszką Hanke która większość swojego czasu wolnego poświęca na różne aktywności fizyczne. Rower to jej pasja a wyzwania które sobie postawiła świadczą o jej charcie ducha i wielkim zaangażowaniu sportowym. Zapraszamy do wysłuchania i refleksji.

<https://radiosovo.pl/wp-content/uploads/2021/09/Rowerem-przez-polske.mp3>

<https://youtu.be/ZCpeS0XVlKU>