



## Spring i bergen

**Följ kändis-coachen Carolina Jorhem, som tillsammans med WNT Sport & Nutrition springer Axa Fjällmaraton i Åre 5 augusti 2017 för att uppmärksamma folksjukdomen diabetes. Målet – att samla in minst 25 000 kr till Diabetesfonden.**

Bringwell och WNT Sport & Nutrition har tagit förra årets diabetesutmaning ett steg längre och initierat projektet #RunSugarMountain. **Den 5 augusti 2017** får vi tillsammans med kändis-coachen Carolina Jorhem följa med på **Axa Fjällmaraton i Åre**, ett extremt krävande lopp som dessutom kräver karta och kompass. Med sig har Carolina side-kicken och träningskamraten Nathalie Oja som till vardags arbetar som gruppträningsinstruktör. Ingen av dem är normalt långdistanslöpare men för Caroline som har diabetes typ1, får utmaningen ytterligare en dimension. Till sin hjälp har de både löpningscoach, fysioterapeut, naprapat, kiropraktor, läkare med flera.

Målet med #RunSugarMountain är att visa på vikten av att röra på sig, och inspirera till träning och bra kost. För de som lider av diabetes är fysisk aktivitet och rätt kosthållning extra viktigt då det kan hjälpa till att jämna ut blodsockernivån, och på så sätt underlättar vardagen. Samtidigt siktar projektet mot att samla in minst 25 000 kr till *forskning för unga med diabetes* genom *Diabetesfonden*. Diabetes är en av våra största folksjukdomar i Sverige, och enligt Diabetesförbundet lider cirka 400 000 människor av sjukdomen idag.

*– Tanken med det här projektet är dels att omvandla dessa två tjejer som inte springer till löpare, men även att uppmärksamma vikten av en hälsosam livsstil och den positiva påverkan som bra kost och motion kan ha för diabetiker genom att göra en insamling under de 6 månaderna tills loppet går av stapeln. Ingenting är omöjligt och man kan fortfarande springa ett maraton som diabetiker om man lär sig hur sitt blodsocker fungerar, säger Johanna Jonsson, brand manager för WNT och projektledare för RunSugarMountain*

### Insamlingen och #RunSugarMountain i sociala medier

Följ Carolines och Nathalies förberedelser inför den stora utmaningen. Ta del av deras framsteg, frustration och utmaningar. Men framför allt – låt dig inspireras och få tips om träning, löpteknik och kost. Åre Fjällmaraton går av stapeln den 5 augusti 2017.

**Webb:** <http://foreningsinsamling.se/fundraisers/RunSugarMountain/>

**Facebook:** Facebook/WNT

**Instagram:** @wntsportnutrition @lillcarro13 @naoj8 #RunSugarMountain

I samarbete med:



### För ytterligare information:

Johanna Jonsson, Nordic Brand Manager Tel: 073 045 68 88

Gunilla W. Kadmark, Executive Assistant Tel: 08-412 72 12