

## धावक अरविंद ने लगातार दौड़ने के 1100 दिन पूरे किए

रोहतक | रोहतक रनस ग्रुप के धावक अरविंद पाल दहिया ने लगातार दौड़ने के 1100 दिन पूरे किए। दहिया ने लगातार दौड़ने की शुरुआत 20 जून से की थी। अभी तक वह लगातार प्रतिदिन बिना किसी अवकाश के दौड़ लगा रहे हैं। इन 1100 दिनों में उन्होंने कुल 12240 किलोमीटर की दौड़ लगाई। इनकी प्रतिदिन औसत दौड़ 11 किलोमीटर से ज्यादा बनती है। उन्होंने इस दौरान एक अल्ट्रा मैराथन (50 किलोमीटर), 5 फुल मैराथन (42.2 किलोमीटर) और 154 हाफ मैराथन (21.1 किलोमीटर) लगाई। मध्यमे कम ३



लगाई। खराब मौसम हो या अन्य किसी भी प्रकार की स्फीक्षण

# अरविंद पाल दहिया ने लगातार दौड़ने के 1100 दिन पूरे किए

रोहतक। बीएसएनएल के सहायक महाप्रबंधक और रोहतक रनर्स ग्रुप के धावक अरविंद पाल दहिया ने रविवार को लगातार दौड़ने के 1100 दिन पूरे किए। दहिया ने लगातार दौड़ने की शुरुआत 20 जून 2020 से की थी और अभी तक वह लगातार प्रतिदिन बिना रुके दौड़ लगा रहे हैं। इन 1100 दिनों में उन्होंने कुल 12240 किलोमीटर की दौड़ लगाई। उनकी प्रतिदिन औसत दौड़ 11 किलोमीटर से ज्यादा बगती है। उन्होंने इस दौरान एक अल्ट्रामैराठन (50 किलोमीटर), 5 फुल मैराठन (42.2 किलोमीटर) और 154 हाफ मैराठन (21.1 किलोमीटर) लगाई। सबसे कम 3 किलोमीटर तक और अधिकतम 50 किलोमीटर प्रतिदिन की दौड़ लगाई।

