**Будьте абсолютно готовы к новому! В социальных сетях прошел масштабный марафон изменений**

**Этим летом все желающие могли принять участие в марафоне перемен вместе со звездами шоу-бизнеса.**

Звездными амбассадорами проекта стали актрисы Мария Кожевникова и Анна Михайловская, а также шоумен Тимур Родригез. Именно они инициировали марафон, задав своим подписчикам в Instagram-аккаунтах вопросы: «готовы ли вы к переменам?», «что вы хотели бы поменять?».

Авторы лучших историй, которые выбрали лично звезды, получили возможность попробовать что-то новое, зарядиться яркими впечатлениями и положить начало изменениям.

Тимур Родригез освоил велосипед-тандем в компании Яна. По словам шоумена, эта поездка оказалась не такой простой, но очень захватывающей и веселой. Анна Михайловская – в прошлом любительница танцев – позвала свою победительницу Маргариту на мастер-класс по зажигательным Carribean Mix, который зарядил энергией на неделю вперед! А Мария Кожевникова вместе со победительницей Светланой отправилась на урок гольфа, которому не помешал даже дождь! *«Самым главным в конкурсе стали ваши идеи и планы, которые, надеюсь, воплотятся! Делитесь историями своих изменений и будьте готовы абсолютно ко всему!»,* - написала Маша на своей страничке.

В конкурсе приняли участие несколько тысяч человек. Среди идей для перемен участники называли поездки за границу, изучение иностранных языков, занятия спортом, правильное питание, любовь к себе и наслаждение каждым днем жизни. 30 человек получили памятные призы от организаторов.

Однако, главной целью марафона стали вовсе не призы и подарки. Изменения, о которых писали комментаторы, демонстрировали, что быть абсолютно готовыми ко всему, к любым изменениям довольно просто. Совершенно не требуется делать что-то грандиозное – большие перемены состоят из множества маленьких шагов, сделать первый из которых можно уже сегодня. И марафон «Будьте абсолютно готовы к новому вместе с Colgate Total» - лучшее тому подтверждение.

Прочитать истории участников и поделиться собственными можно с помощью специальных хэштегов: #colgatetotalбудьготов #новыйcolgatetotal