Pobiegną ulicami Grajewa. W maju kolejna edycja Biegu Wilka

Światowo zrobi się 11 maja br. na ulicach Grajewa. Po raz 21. już tego dnia odbędzie się najważniejsza impreza biegowa miasta i okolic - Międzynarodowy Uliczny Bieg Wilka. Wydarzenie Patronatem Honorowym objął Marszałek Województwa Podlaskiego Artur Kosicki.

10 km zdrowej rywalizacji

Tegoroczny Bieg Główny odbędzie się na dystansie 10 km, co ma zachęcić do udziału prawdziwych amatorów biegania z Grajewa i okolic. Zawodnicy wystartują koło godz. 9.00. Trasa, która otrzymała atest Polskiego Związku Lekkiej Atletyki (PZLA), rozpocznie się przy ul. Strażackiej, dalej pobiegnie ulicami: 11 Listopada, Świerkową, Brzozową, Wierzbową, Parkową, Strażacką, ks. Popiełuszki, zaś zakończy się przy ul. Mickiewicza (5 pętli).

Biegowi Głównemu towarzyszyły będą inne inicjatywy. Po raz kolejny odbędzie się marsz Nordic Walking oraz otwarty dla wszytkich chętnych bieg integracyjny. Przed nim pokaz rozgrzewki przygotowany przez trenerów. Organizatorzy nie zapomnieli też o najmłodszych - Centrum Integracji Społecznej zorganizuje wiele atrakcji, m.in. malowanie twarzy, tatuaże wodne, balonowe zwierzątka czy puszczanie baniek mydlanych.

Zarówno uczestnicy, jak i kibice będą mogli skorzystać z przygotowanych na tę okazję punktów medycznych z możliwością bezpłatnego pomiaru ciśnienia tętniczego, poziomu glukozy, cholesterolu, wykonania i interpretacji EKG, pomiarów antropometrycznych. Będzie też można uzyskać bezpłatną poradę internisty, kardiologa, diabetologa, nefrologa, gastroenterologa oraz poradę sportowo-lekarską. Punkty te znajdą się na parkingu przed Urzędem Miasta.

Chcesz pobiec - zapisz się już dziś

Aby wziąć udział w Biegu Głównym, należy mieć ukończone 16 lat oraz posiadać aktualne badania lekarskie. Zgłoszeń można dokonywać, wypełniając formularz na stronie internetowej
- link do strony. Zgłoszenia przyjmowane będą również w dniu zawodów (o ile nie zostanie wyczerpany limit 150 osób) od godz. 8.00 do 11.35 w Urzędzie Miasta Grajewa (ul. Strażacka 6).

W ramach wpisowego, które wynosi 40 zł, organizatorzy zapewniają medal, pakiet startowy (gadżet biegowy, bon na posiłek regeneracyjny po biegu, baton, numer startowy, agrafki, materiały promocyjne), izotonik na mecie oraz... satysfakcję :)

Warto wspomnieć, że grajewski bieg cieszy się ogromnym zainteresowaniem miłośników sportu, również spoza granic Polski. W ubiegłorocznej edycji udział wzięło około 1200 uczestników - wśród nich reprezentanci Litwy, Rosji i Białorusi.

Dodatkowe informacje można uzyskać pod numerami telefonów: 86 261 11 34, 604 55 08 60, e-mail'owo: wieje@wp.pl lub odwiedzając stronę oficjalną biegu - link do stro

oprac. aa
fot. maratonka.pl