

Aktualności

WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA - świąteczne bieganie w sercu lasu już 16 grudnia!

27/11/2017, dodał: **Magda Polańska**



Gdzie jest serce lasu?

Wyobraź sobie - zima, przestrzeń, dźwięk skrzypiącego pod butami śniegu i skrzące się w słońcu białe płatki. Zatrzymujesz się, a wokół Ciebie cisza i las. Zamykasz oczy i bierzesz głęboki oddech. Czujesz zapach żywicy i odpoczywasz, tylko przez chwilę, żeby zebrać siły i biec dalej.

Jesteś w sercu lasu Beskidu Wyspowego i w jeden zimowy dzień zwiedzasz sporą część Małopolski - biegniesz w WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA!

Zimowe święto biegania już 16 grudnia 2017 r. Start, meta i biuro zawodów znajdują się w lesie, na zboczu góry Lubogoszcz w Beskidzie Wyspowym, zaledwie 50 km od Krakowa. *WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA to 3 biegi - na dystansach 48, 30 i 10 kilometrów przez 2 małopolskie powiaty i szczyty Lubogoszcz, Lubomir i wyjątkowy Szczebel - mówi Paweł Derlatka, główny pomysłodawca i kierownik zawodów WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA. Szczebel potrafi zaskoczyć. Biegąc 3,5 km na jego szczyt pokonujesz 600 m w górę! Warto podjąć to wyzwanie. Gwarantuję - satysfakcja po walce*

z samym sobą podczas biegu będzie ogromna! – dodaje Paweł Derlatka.

W 2. edycji WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA swój udział zadeklarowało już ponad 600 zawodników z 7 krajów świata m.in. z odległej Australii i Tajwanu, a także z całej Polski. Zapisy jeszcze trwają, choć z decyzją warto się pośpieszyć – na dystansie 48 kilometrów pozostało już tylko kilkanaście wolnych miejsc. Dla zawodników, którzy nie zdążą zapisać się na bieg na 48 km i tych, którzy wolą krótsze dystanse, alternatywą jest bieg na 30 km – równie piękna trasa, szybsza, bo omija Szczebel.

Osoby, które rozbiegały się w biegach asfaltowych i zaczynają myśleć o biegach w górach, ich smak poznają podczas biegu na 10 km. Nie jest on łatwy, bo przewyższenia na trasie to 750 m +/- 10. podczas WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA pozwoli na weryfikację stopnia wytrenowania zawodnika, może pokazać nad czym pracować w technice biegu i na pewno da mnóstwo pozytywnej energii – mówi Paweł Derlatka. 10 kilometrów podczas WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA może dać przedsmak uczestnictwa w biegach górskich na długich dystansach, poczucie tej specyficznej, wyjątkowej atmosfery i szansę na zakochanie się w bieganiu - to dla początkujących górskich biegaczy. Na pewno będą biec też zawodnicy zaawansowani, którzy bieganie w górach kochają od dawna i specjalizują się w takich właśnie dystansach – dodaje.

Dla zawodników przygotowaliśmy dużo atrakcji, choć największą, naszym zdaniem jako Organizatorów, będzie możliwość sprawdzenia samego siebie na wymagającej trasie. W każdym punkcie odżywczym na dłuższych dystansach zapewnimy coś pysznego na ciepło. Będą ogniska, gorąca, przyjazna atmosfera, a na mecie - w sercu lasu, jak zawsze, super finiszery – mówi Paweł Derlatka.

Czym jeszcze żyć będzie serce lasu Beskidu Wyspowego podczas WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA?

W czasie każdego z naszych biegów, organizujemy dwie zbiórki. Jedna z nich to zbiórka odzieży sportowej dla pacjentów Ośrodka MONAR w Krakowie, z którym mamy przyjemność współpracować. Druga, to zbiórka w ramach prowadzonej przez nas akcji „Człowiek zwierzakowi bratem” - zbieramy dobrej jakości karmę, koce, pledy dla bezdomnych psów i kotów, które znajdują się pod opieką zaprzyjaźnionych przytulisk – mówi Magdalena Zyguła, Prezes Zarządu Fundacji 4 Alternatywy, Organizatora wydarzenia. To nie muszą być nowe rzeczy. Niemal każdy z nas ma odzież sportową, której nie używa i koszulki z pakietów startowych, w których nie biega. Te rzeczy pozwolą pacjentom MONAR-u na treningi w komforcie, a należy pamiętać, że pacjenci wychodzą z uzależnień również dzięki aktywności sportowej. Tak samo jest z rzeczami dla psiaków i kotów, które nie mają swoich ludzi – to też nie muszą być nowe rzeczy. Ręczniki, koce, pledy pozwolą zapewnić zwierzakom ciepło, szczególnie teraz, w czasie zimowych miesięcy. Wszystkich zawodników zachęcamy do udziału w zbiórkach – jadąc na zawody, weźcie ręczniki, prześcieradła, koce i koszulki z pakietów startowych, w których nie chodźcie. Te rzeczy mogą ułatwić i umilić czyjeś życie – dodaje.

Wszystkie informacje na temat WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA:

<http://ultratrailmalopolska.pl>

www.facebook.pl/UltraTrailMalopolska

Michał Rdzanek

fot. ubiegłoroczna edycja Festiwalu Biegowego w Beskidzie Wyspowym