



MUROWANA
DYCHA

RACEBOOK

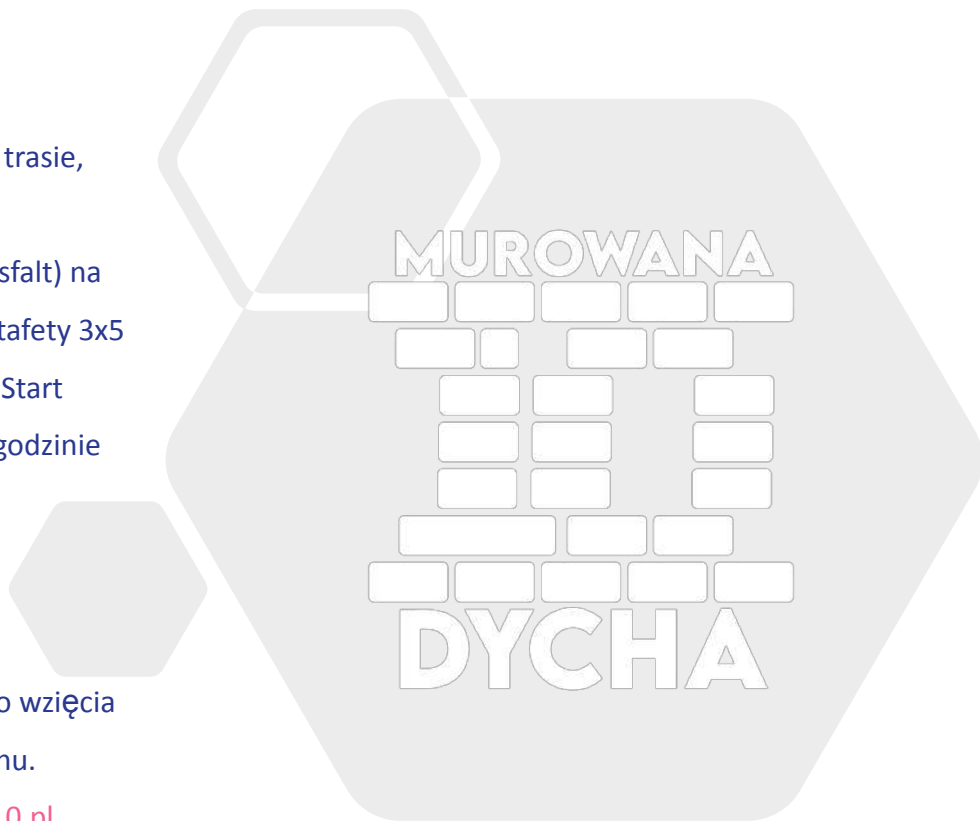
10 WRZEŚNIA 2023

Drogie biegaczki i biegacze ...

Czas spotkać się ponownie **10 września** na znanej wszystkim trasie, gdzie do pokonania będą 2 pętle po 5 km. Bieg zostanie przeprowadzony ulicami miasta po oznaczonej trasie (100% asfalt) na dystansie 10 km i 5 km (dwie i jedna pętla) oraz w formule sztafety 3x5 km. Dodatkowo zapraszamy na dystans 5 km z kijkami (NW). Start odbędzie się przy Stadionie Miejskim na ul. Mściszewskiej o godzinie 10:30. Trasa posiada atest PZLA i będzie oznaczona co 1 km.

Zapraszamy Was serdecznie na 5 lub 10 km a najmłodszych do wzięcia udziału w darmowym biegu z przeszkodami na terenie stadionu.

Wszystkie informacje znajdziecie na stronie www.murowana10.pl



bieg/sztafeta3x5/zawody dla dzieci

MUROWANA
DYCHA

www.murowana10.pl

[f/Murowana10](https://www.facebook.com/Murowana10)



10 września
Murowana
Goślina



Murowana
Goślina

HARMONOGRAM IMPREZY



GODZINA	SOBOTA 09.09
14:00 – 20:00	ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWYCH/ STADION MIEJSKI/ BUDYNEK ADMINISTRACYJNY/ MŚCISZEWSKA 52, 62-095 MUROWANA GOŚLINA
	NIEDZIELA 10.09
8:00 – 10:15	ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWYCH/ STADION MIEJSKI/ BUDYNEK ADMINISTRACYJNY/ MŚCISZEWSKA 52, 62-095 MUROWANA GOŚLINA
9:00 – 13:00	DEPOZYT
10:10	ROZGRZEWKĄ
10:20	ODPRAWA TECHNICZNA
10:30	START ZAWODÓW/ START WSPÓLNY DLA WSZYSTKICH DYSTANSÓW
13:00	START BIEGU/ MUROWANA DYCHA JUNIOR (4-8)
13:30	START BIEGU/ MUROWANA DYCHA JUNIOR (7-11)
12:15	WRĘCZENIE NAGRÓD
14:30	ZAMKNIĘCIE ZAWODÓW





BIURO ZAWODÓW I ODBIÓR PAKIETÓW

GODZINA	SOBOTA 09.09
14:00 – 20:00	ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWYCH/ STADION MIEJSKI/ BUDYNEK ADMINISTRACYJNY/ MŚCISZEWSKA 52, 62-095 MUROWANA GOŚLINA
	NIEDZIELA 10.09
8:00 – 10:15	ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWYCH/ STADION MIEJSKI/ BUDYNEK ADMINISTRACYJNY/ MŚCISZEWSKA 52, 62-095 MUROWANA GOŚLINA

Prosimy zwrócić uwagę na fakt, że ulica Mściszewska w dniu zawodów będzie wyłączona z ruchu (brak bezpośredniego dojazdu do Stadionu Miejskiego) i samochód trzeba będzie zostawić na wyznaczonych parkingach.

Do odbioru pakietu startowego potrzebne są:

- dowód osobisty lub inny dokument ze zdjęciem,
- oświadczenia do odbioru pakietów – dostępne na miejscu lub pod linkami:

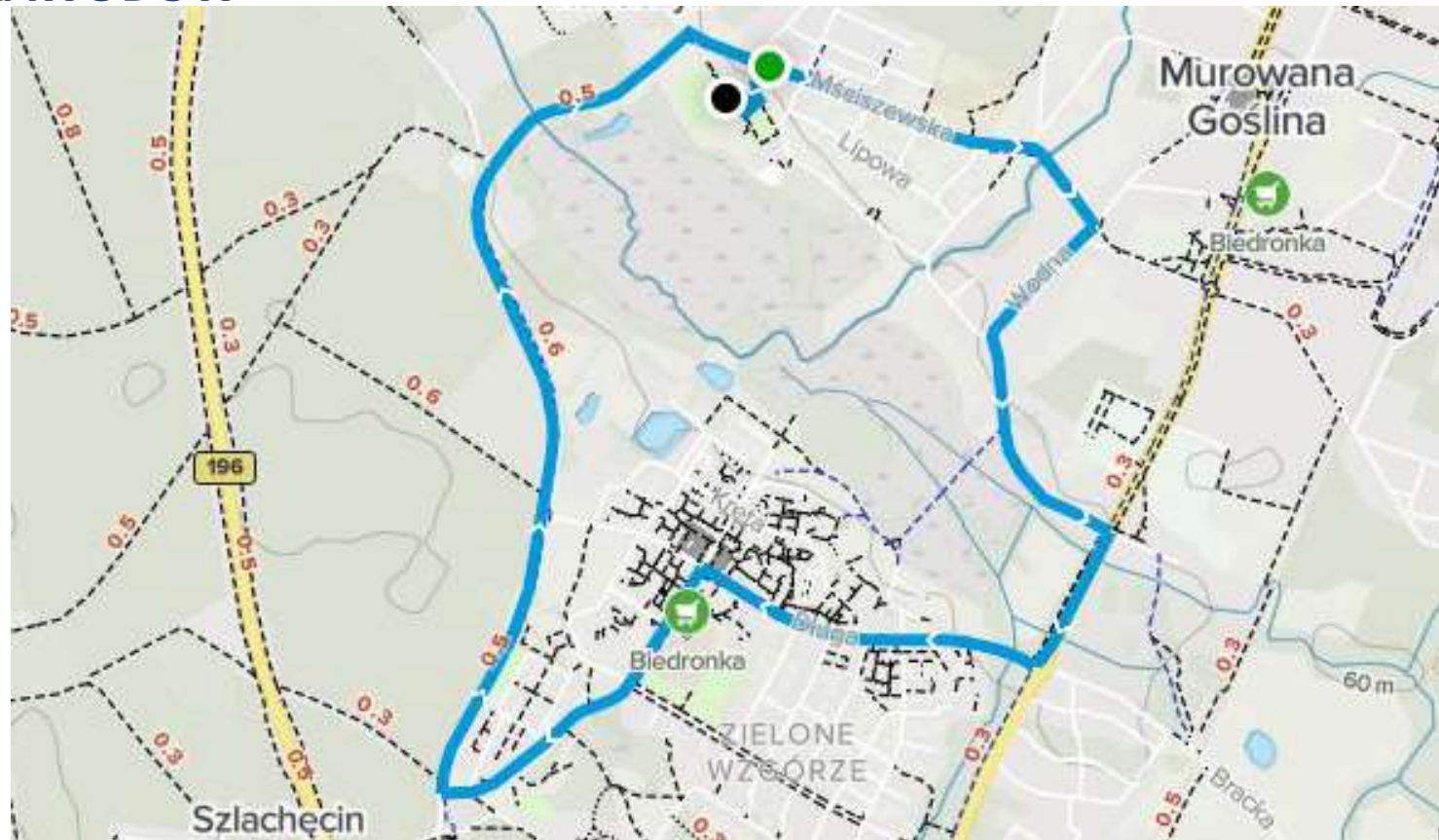
DEPOZYT – znajdować się będzie obok BIURA ZAWODÓW!



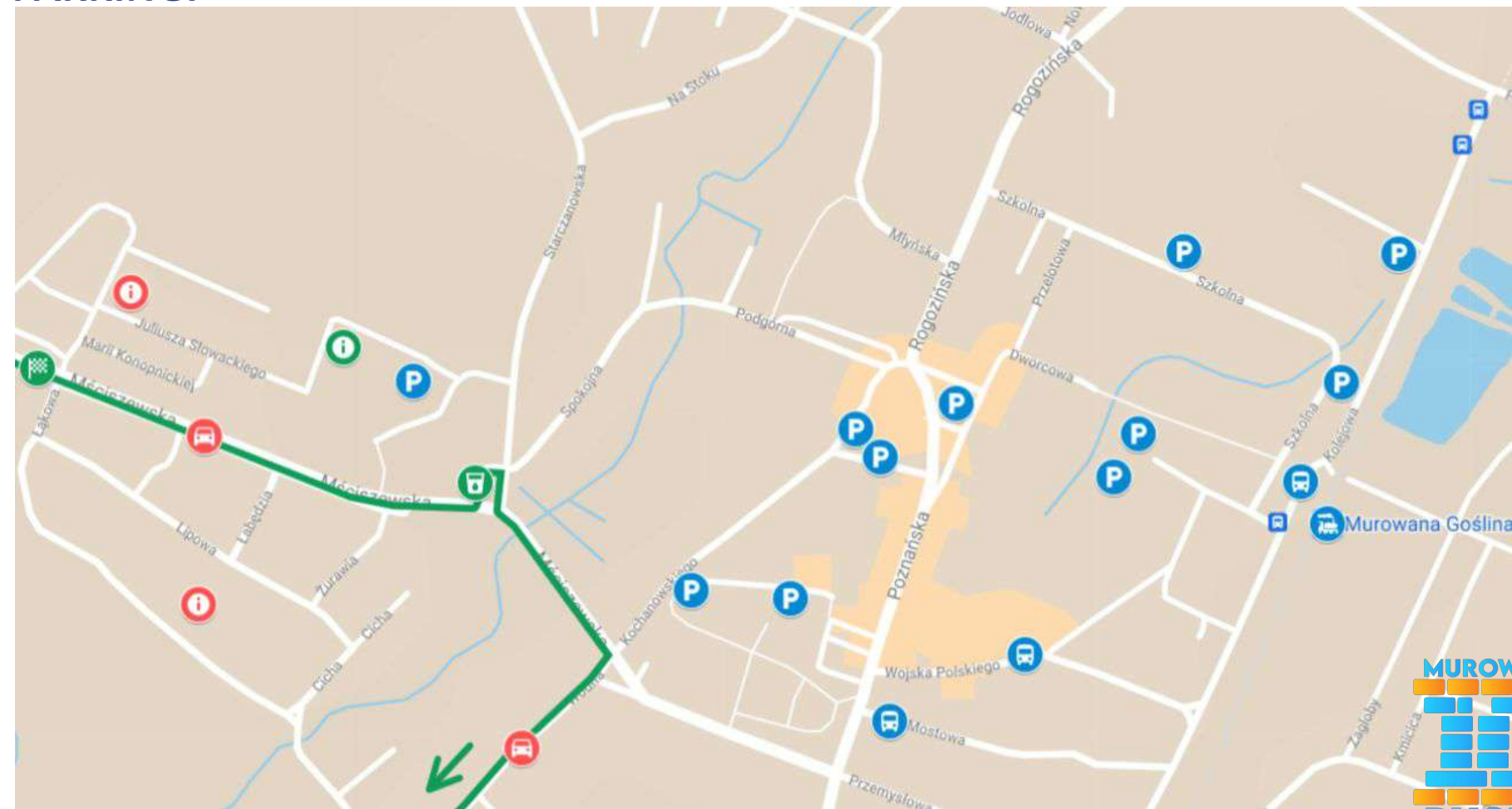
Upoważnienie do odbioru pakietu przez osobę trzecią i zgoda na odbiór pakietu:

bit.ly/3Z4DxVM

TRASA ZAWODÓW



PARKINGI



PARKINGI

Parkingi:

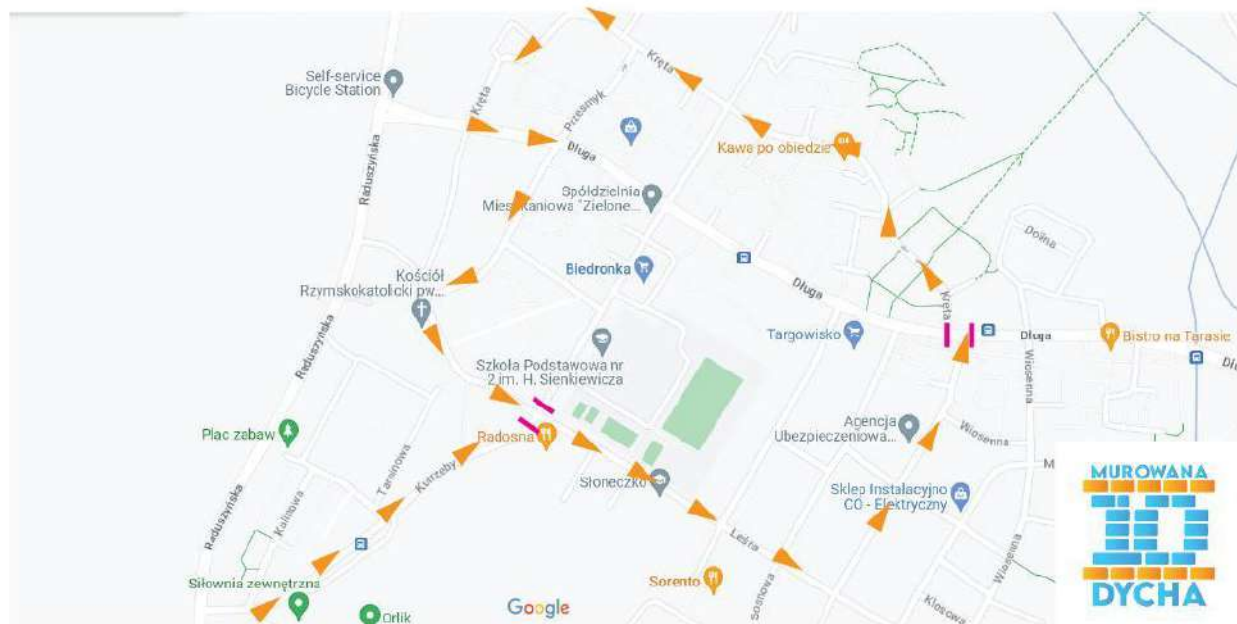
Uprzejmie prosimy, aby zawodnicy z Murowanej Gośliny podeszli/podbiegli na start biegu z domów, a jeżeli nie ma takiej możliwości, to prosimy o pozostawienie samochodów trochę dalej - na Placu Powstańców Wielkopolskich, w Dolince Rakoczego lub na parkingach w okolicach dworca kolejowego. Zostawmy miejsca parkingowe przy hali sportowej i Stadionie Miejskim dla gości.

- [ul. Kolejowa parking P+R](#)
- [ul. Szkolna parking P+R](#)
- [ul. Szkolna - za Szkołą Podstawową nr 1](#)
- [ul. Graczyńskiego - za ośrodkiem zdrowia](#)
- [Dolinka Rakoczego - ul. Kochanowskiego \(wjazd naprzeciwko Aquanet\)](#)
- [pl. Powstańców Wielkopolskich](#)
- [ul. Mściszewska 10 - przy hali sportowej. Wjazd możliwy tylko do g. 9:30.](#)

UTRUDNIENIA W RUCHU 10.09

UWAGA – w związku z imprezą nastąpią czasowe ograniczenia (10:00 – 13:00) w zakresie ruchu pojazdów w dniu 10 września (niedziela) na trasie rywalizacji. Trasa będzie otwierana w ślad za ostatnim zawodnikiem, co oznacza możliwość szybszego udrożnienia ruchu. Załączamy mapkę z objazdem (kolor pomarańczowy) na osiedlu Zielone Wzgórza.

Objazd os. Zielone Wzgórza

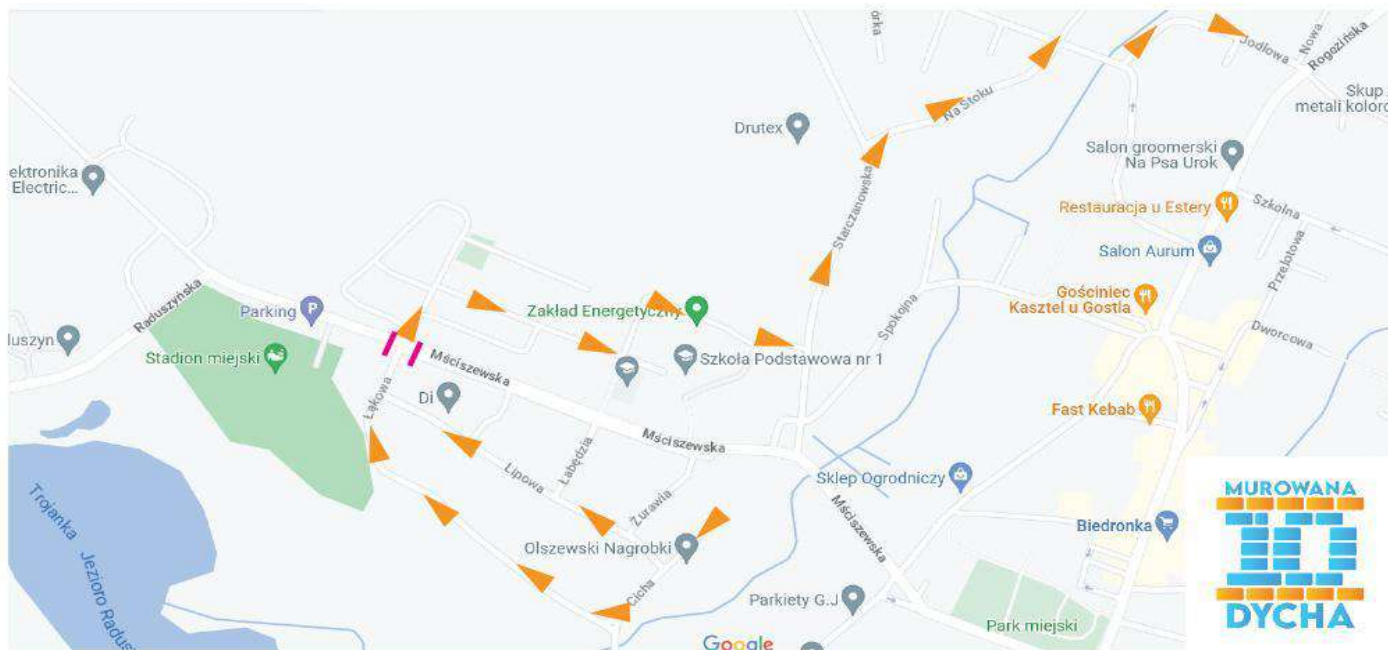


Śluzę poprzeczną: możliwość przecięcia trasy biegu:
Jagódowa – Długa – Kręta
ks. Romana Kosteckiego – Kultzeby – Leśna



UTRUDNIENIA W RUCHU 10.09

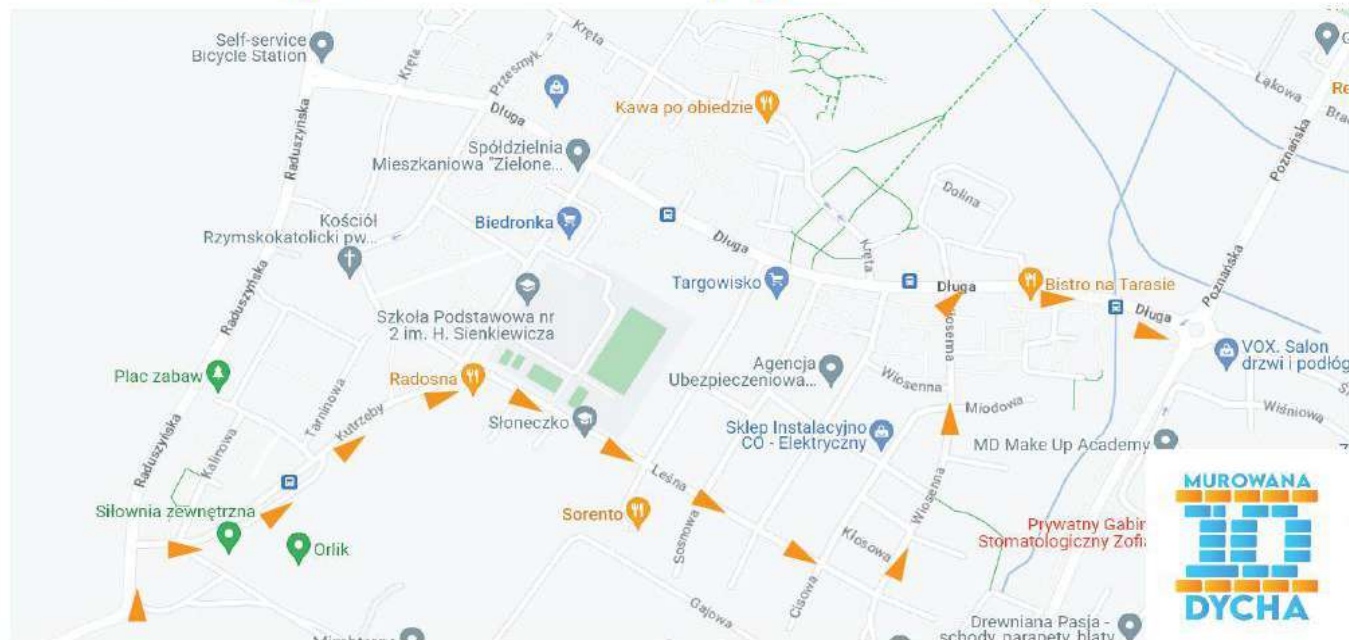
Wyjazd z os. Szpaka



Śluzę poprzeczną: możliwość przecięcia trasy biegu:
Łąkowa – Mściszewska – Mickiewicza



Kierunek wyjazdu z os. Zielone Wzgórza w kierunku ronda przy ul. Poznańskiej



Pas ruchu przeznaczony dla ruchu pojazdów: zostanie dopuszczony ruch pojazdów jednym pasem ruchu:

Na ul. Kutrzeby (w kierunku os. Zielone Wzgórza) na odcinku od ul. Raduszyńskiej do ul. Leśnej

Na ul. Długiej na odcinku od ul. Wiosennej do ronda Zielone Wzgórza

UTRUDNIENIA W RUCHU 10.09

ZMIANA LOKALIZACJI PRZYSTANKÓW !

W godz. 10.30 do 13.00 zostanie zmieniona trasa autobusów linii 342 i 348 oraz

lokalizacje przystanków autobusowych.

📌 Wyłączone zostaną przystanki:

- ul. Długa – przystanek Nowy Rynek, Modrzewiowa, Kręta
- ul. Gen. Kutrzeby – przystanek Leśna, zlokalizowane na osiedlu Zielone Wzgórza.
- Dla podróżujących w kierunku Poznania przystanek zlokalizowany będzie na ul. Poznańskiej (przy stacji PKN ORLEN).
- Dla podróżujących w kierunku Przebędowa przystanek zlokalizowany będzie w rejonie ul. Krokusowej (przy sygnalizacji świetlnej ul. Poznańska).
- Objazd dla autobusów linii 342 i 348 będzie realizowany ze Szlachęcina przez Drogę Wojewódzką nr 196 i ul. Poznańską.
- ➡ Na linii nr 342 będą to kursy o 10.27 i 12.27 z Przebędowa oraz o 11.23 z Ronda Śródką.
- ➡ Na linii nr 348 będą to kursy z Przebędowa o 10.45 i 12.45 oraz o 11.48



ISTOTNE INFORMACJE DLA BIEGACZY

WAŻNE: Zarezerwujcie więcej czasu na zaparkowanie, przemieszczenie się do biura zawodów i odbiór pakietów. Nie będziemy opóźniać startu innym zawodnikom.

Zwróćcie uwagę na wcześniejsze dotarcie na teren imprezy! Prosimy parkujcie w miejscach wyznaczonych!

DYSTANS 5 km = 1 okrążenie, 10 km = 2 okrążenia, sztafeta – każdy zawodnik = 1 okrążenie.

Po zakończeniu rywalizacji wchodźcie na teren strefy finiszera, czyli na teren Stadionu Miejskiego (**dostępne natryski i toalety**). Na strefie finiszera dostępne: woda oraz owoce i słodka przekąska.

Na terenie strefy finiszera będą także foodtrucki oraz dmuchańce dla dzieci.

Sztafety (3x5km) zmieniają się w wyznaczonym miejscu przed metą rywalizacji (ul. Mściszeńska). Biegacze sztafetowi przekazują sobie pałeczkę z pomiarem czasu.

Na trasie znajdą się dwa punkty nawadniające oraz dodatkowo znajdą się także kurtyny wodne.

REGULAMIN imprezy dostępny jest pod tym linkiem:

https://murowana10.pl/wp-content/uploads/2023/09/regulamin_murowana10.pdf



NA MECIE

- Po przekroczeniu linii METY kierujecie się w prawo tj. na teren Stadionu.
 - Otrzymujecie medal i zdajecie chip do specjalnych boxów.
 - Przechodzicie do strefy finiszera, gdzie możecie uzupełnić stracone kalorie i się nawodnić.
 - Będzie możliwość skorzystania z sanitariatów i natrysków.
 - Depozyt znajduje się przy Biurze Zawodów.
 - Przy strefie finiszera znajdą się także foodtrucki, zaś na terenie strefy będą dmuchańce i tor przeszkód dla dzieci
-
- MUROWANA 10 JUNIOR
- Zapraszamy do kibicowania!





MUROWANA



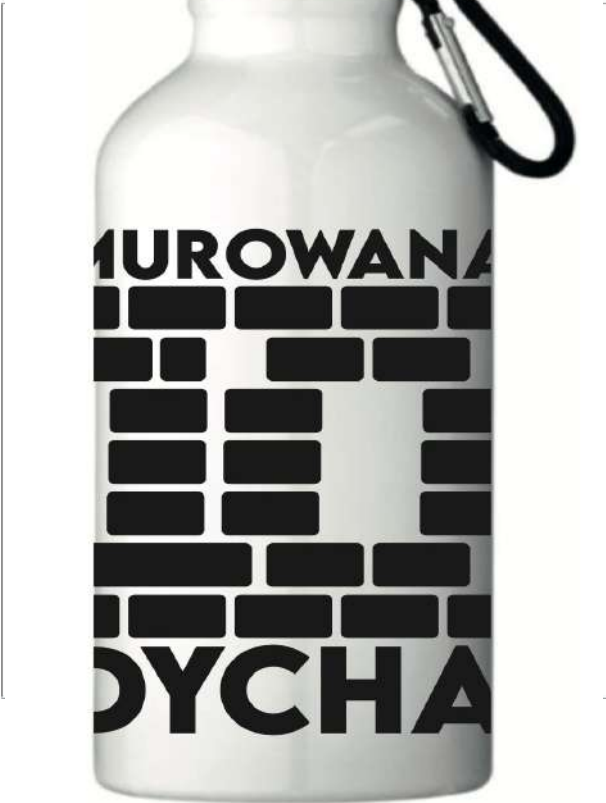
DYCHA

PAKIET STARTOWY

WOREK



BIDON





KOSZULKA



OPCJA

MUROWANA
DYCHA

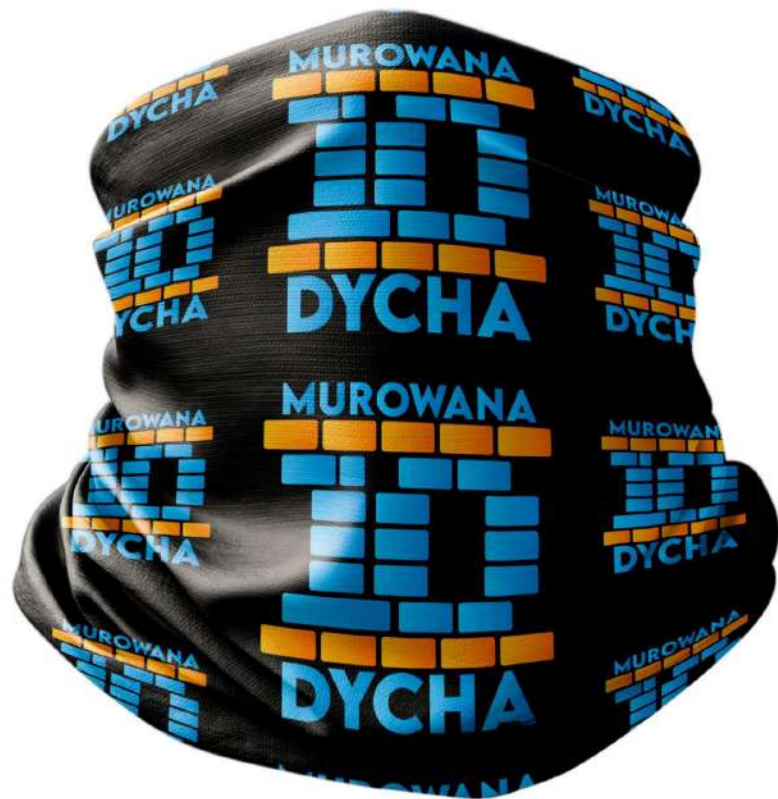
CZAPECZKA



OPCJA

MUROWANA
DYCHA

BANDANA



Do zobaczenia na mecie!
