

II Bieg i Marsz Sąsiedzi Żelaznego Mostu

24 IX 2022
Rudna - Stadion

**BIEG
KRECIKA**

godz. 12:15

**BIEG ORAZ MINI NORDIC WALKING
DLA PRZEDSZKOLAKÓW I DZIECI 7-9 LAT.**

ZAPISY I REGULAMIN: www.herkules.org.pl

Staropolanka

W dniu 24 września 2022 roku KGHM POLSKA MIEDŹ S.A. Gminy Rudna, Grębocice oraz Polkowice organizuje II Bieg i Marsz Sąsiedzi Żelaznego Mostu.

Celem imprezy jest popularyzacja biegania i Nordic Walking jako najprostszycch form czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej oraz promocja zdrowego i aktywnego trybu życia.

Impreza rozpocznie się na terenie Stadionu Miejskiego w Rudnej o godzinie 8:00 otwarciem Biura Zawodów i odbieraniem przez zawodników pakietów startowych.

Wcześniejsze dokonanie zapisów odbywa się przez stronę internetową www.herkules.org.pl wchodząc w kalendarz imprez i wybierając II Marsz i Bieg Sąsiedzi Żelaznego Mostu w Rudnej.

Całość środków pozyskanych z symbolicznego wpisowego w wysokości min. 20 zł zostanie przekazana na „Ratowanie serduszka Nataszy Michalskiej” 4 letniej dziewczynki z stenozą aortalną noworodkową oraz wrodzonym wodonerczu.

Program zawodów przedstawia się następująco:

godz. 8.00 - 9.45 - biuro zawodów na terenie stadionu w Rudnej

godz. 10.00 - start Biegu na 21 km

godz. 11:00 - start Biegu na 10 km i 5 km

godz. 12:00 - start Nordick Walking 5 km

godz. 12:15 start **BIEG KRECIKA** dzieci na 150 i 300 metrów

godz. 13.30- meta - Plac przy stadionie piłkarskim w Rudnej (odpoczynek, poczęstunek, gry i zabawy integracyjne)

godz. 14:00 - dekoracja zwycięzców

godz. 21:00- zakończenie imprez

W trakcie zawodów specjalnie dla najmłodszych uczestników przewidujemy sporo atrakcji, dmuchańce, wata cukrowa, popcorn, oraz BIEG KRECIKA na dystansach 150 m i 300 m oraz mini Nordik Walking dla dzieci 7-9 lat.

Każdy otrzyma Pamiątkowy medal, a zgodnie z Regulaminem dostępnym na stronie w poszczególnych kategoriach zostaną rozdane nagrody i puchary

KGHM
POLSKA HIEZ

rudna
Szary Ludek

GMINA
POLKOWICE
Serce Zagłębia Hutyńskiego

Grebocice
Przełazna Gmina

24 IX 2022
Rudna - Stadion

**II BIEG „SĄSIEDZI
ŻELAZNEGO MOSTU”**

godz. 10:00 Bieg na 21 km
godz. 11:00 Bieg na 10 i 5 km
godz. 12:00 Nordic Walking 5 km
Atrakcje dla mieszkańców - Wstęp wolny

ZAPISY I REGULAMIN: www.herkules.org.pl

Staropolanka