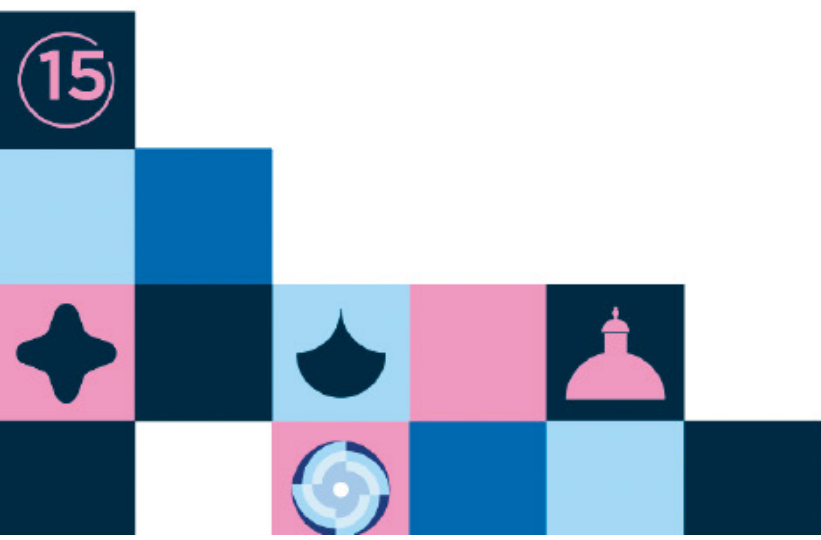
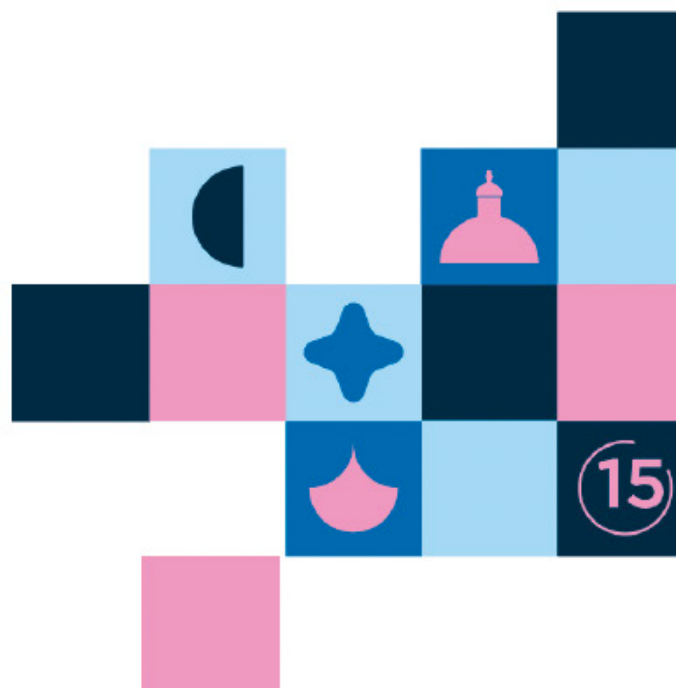




BIAŁYSTOK
BIEGA



INFORMATOR ZAWODNIKA



**CENTRUM HANDLOWE
BIAŁA**

SPONSOREM GŁÓWNYM

**15. EDYCJI
BIAŁYSTOK
BIEGA**





Kiedy w 2011 roku szykowaliśmy się do pierwszej edycji Białystok Biega, nikt nie przypuszczał, że działania Fundacji Białystok Biega nabiorą takiego rozmachu.

Wszystko zaczęło się przecież od wrześniowego wydarzenia. Pierwszy start zlokalizowany był na ulicy Zwierzynieckiej, a zawodnicy startujący na 10 km biegli dwie, pięciokilometrowe, pętle. W imprezie wzięło udział 468 razem z dziećmi. W 15. edycji będzie Was ok. 4000 – biegaczek i biegaczy w wieku od 2 do ponad 80 lat!

Metę wszystkich edycji Białystok Biega przekraczaliście już prawie 30 tys. razy! Tylu finiszerów ukończyło zmagania na dystansach 5 km, 10 km oraz w biegach dla dzieci.

We wrześniu 2011 roku wydawało nam się, że zorganizujemy jedną imprezę biegową w roku. Marzyliśmy, żeby wzięło w niej udział 1000 osób. Teraz Fundacja Białystok Biega to licząca się organizacja wydarzeń biegowych w Polsce. Organizujemy 9 imprez, w których rocznie bierze udział ok. 24 tys. uczestników.

Wyobraźcie sobie, że w sumie, w naszych biegach wzięło już udział ponad 153 tys. zawodników! To ogrom pracy, wyrzeczeń, ale jeszcze większa satysfakcja. Jesteśmy z tego naprawdę dumni!

Już w weekend staniesz na starcie Białystok Biega. Cieszymy się, że jesteś w tym gronie! Być może będziesz z nami po raz pierwszy, a może starty z nami weszły już w krew do tego stopnia, że nie wyobrażasz sobie odpuszczenia takiego wydarzenia? Ważne jest to, że będziemy razem w połowie września. Bez względu na dystans, bez względu na pogodę.

Dziękuję, że jesteś z nami!
Miło Cię będzie widzieć!

Grzegorz Kuczyński
Prezes Fundacji Białystok Biega

Gdy grasz, wszystko gra!

SuperGracze mają moc



Dzięki Wam przekazaliśmy w 2024 roku
ponad **1,5 miliarda złotych** na sport i kulturę.



Graj w punktach LOTTO, w aplikacji i na lotto.pl

ZWYCIĘZCY POPRZEDNICH EDYCJI

2011

5 km Sanko Aliaksandr 0:17:24
10 km Tsctscruckov Ihar 0:34:58

Wojtulewicz Anna 00:19:28
Krautsova Volha 0:36:03

2012

5 km Leończuk Andrzej 0:15:21
10 km Krzyżanowski Karol 0:35:05

Zaniewska Izabela 0:17:22
Bartoszewicz Dorota 0:49:06

2013

5 km Łobodziński Piotr 0:15:45
10 km Tsctscruckov Ihar 0:31:19

Trzaskalska Izabela 0:17:16
Krautsova Volha 0:36:49

2014

5 km Łobodziński Piotr 0:15:16
10 km Verkhavodkin Henadz 0:30:49

Yarashevich Viktoriya 0:17:52
Trzaskalska Izabela 0:34:52

2015

5 km Świerdzewski Damian 0:16:22
10 km Dąbrowski Przemysław 0:30:44

Rutkowska Katarzyna 0:17:54
Trzaskalska Izabela 0:33:57 (rekord)

2016

5 km Dąbrowski Przemysław 0:15:25
10 km Tsctscruckov Ihar 0:32:31

Rutkowska Katarzyna 0:18:02
Somova Irina 0:34:33

2017

5 km Ochal Paweł 0:15:02
10 km Ochal Paweł 0:31:57

Somova Irina 0:16:33
Somova Irina 0:34:52

2018

5 km Okseniuk Sergii 0:14:37
10 km Okseniuk Sergii 0:30:43

Strebkova Nataliia 0:16:15 (rekord)
Gosk Anna 0:34:07

2019

5 km Kravchenia Siarhei 0:15:04
10 km Kravchenia Siarhei 0:32:10

Jankowska Katarzyna 0:16:37
Jankowska Katarzyna 0:34:32

2020

5 km Leończuk Andrzej 0:15:08
10 km Leończuk Andrzej 0:31:42

Mierzlikin Natalia 0:17:43
Bańkowska Anna 0:36:33

2021

5 km Leończuk Andrzej 0:15:12
10 km Leończuk Andrzej 0:31:18

Parszczyńska Izabela 0:17:54
Parszczyńska Izabela 0:37:20

2022

5 km Przybyła Adrian 0:14:59
10 km Przybyła Adrian 0:31:19

Karpiuk Małgorzata 0:17:46
Przybyła Agnieszka 0:37:50

2023

5 km Przybyła Adrian 0:14:54
10 km Kuznetsov Vitalii 0:32:18

Sanko Sviatlana 0:17:39
Sanko Sviatlana 0:35:53

2024

5 km Tonui Albert Kipkorir 00:14:34 (rekord)
10 km Tonui Albert Kipkorir 00:29:53 (rekord)

Nemchenko Maryna 00:16:17
Nemchenko Maryna 00:35:21



PROGRAM

BIURO ZAWODÓW

📍 C.H. BIAŁA

MOLTANI KIDS RUN

PIĄTEK (12.09) 17.00 - 21.00
SOBOTA (13.09) 10.00 - 15.00

13. 09

MOLTANI KIDS RUN

📍 Start Moltani Kids Run zlokalizowany będzie na ul. Branickiego (między ul. Orzeszkowej, a ul. Miłosza). Weź to pod uwagę planując czas dojścia na bieg. Z biura zawodów możecie iść z dzieckiem ok 12 min.

11.45 przywitanie Uczestników; rozgrzewka dzieci z I grupy startowej
12.00 starty dzieci na dystansie 100 m
13.00 start dzieci na dystansie 400 m
14.00 start dzieci poruszających się na wózkach
14.05 start dzieci na dystansie 600 m
14.35 start dzieci na dystansie 1 km

UWAGA!

Poszczególne grupy wiekowe będą podzielone na mniejsze grupy startowe.

✦ Program startów może ulec nieznacznie zmianie, jeżeli w poszczególnej grupach wiekowych będzie mniej lub więcej grup startowych. Pamiętaj, żeby być zawsze wcześniej, minimum na godzinę przed startem, aby odebrać pakiet startowy i przygotować dziecko do biegu!

NOCNA PIĄTKA (5 KM)

📍 Start: ul. Branickiego (między ul. Orzeszkowej, a ul. Miłosza)
Meta: przy Atrium Biała

21.00 zbiórka zawodników w strefie startowej
21.15 rozgrzewka do biegu i oficjalne otwarcie zawodów
21.30 START
ok. 21.45 przywitanie zwycięzcy Nocnej Piątki
od 22.10 dekoracje

14. 09

SZYBKĄ DYCHĄ (10 KM)

📍 Start: ul. Branickiego (między ul. Orzeszkowej, a ul. Miłosza)
Meta: przy Atrium Białą

9.30	zbiórka zawodników w strefie startowej
9.45	rozgrzewka do biegu i oficjalne otwarcie zawodów
10.00	START
ok. 10.30	przywitanie zwycięzców Szybkiej Dychy
od 11.20	dekoracje w kategoriach generalnych oraz klasyfikacjach dodatkowych

**Białostocki
Ośrodek Kultury
50-lat spotkań
z kulturą**

Legionowa 5 / Warszawska 19

30



www.bok.bialystok.pl



sponsorem



Otwórz się na rozdział
pełen
wrażeń!

Ruszaj z nami **na zdrowie!**



sponsorem

15



BIAŁYSTOK
BIEGA

PAKIETY STARTOWE

Pakiet startowy zawiera między innymi **numer startowy** wraz z chipem do pomiaru czasu. Elektroniczny chip będzie wbudowany w numer i zabezpieczony pianką. Numer z chipem jest gotowy do użycia – zabrania się jakichkolwiek modyfikacji.

Numer powinien być zamocowany z przodu koszulki, a jego brak podczas zawodów będzie skutkował dyskwalifikacją.



-  Zwracamy uwagę na rewers numeru startowego. **Prosimy o jego wypełnienie.** W razie interwencji medycznej podane tam dane bardzo pomogą ratownikom w udzieleniu pomocy.
- Na rewersie znajdziecie też numer telefonu do ratowników medycznych. W przypadku zauważenia omdlenia innego zawodnika lub innego zagrożenia, niezwłocznie dzwońcie pod ten numer.
- Dbajmy o swoje bezpieczeństwo!

ODBIÓR PAKIETU STARTOWEGO

Odbierz pakiet startowych w kilku prostych krokach:

- Przygotuj swój kod QR i dowód tożsamości. W biurze zawodów będą potrzebne obie te rzeczy.

(Kod QR możesz odnaleźć na swoim profilu, na stronie b4sportonline.pl. Zaloguj się i pobierz go na swoje urządzenie. Usprawni to jego późniejsze odszukanie.)

- Podejdź do wolnego Wolontariusza, który wyda Ci twój pakiet i odpowie na pytania. Wystarczy, że pokażesz mu kod QR oraz dowód tożsamości.

ODBIÓR PAKIETU PRZEZ OSOBĘ UPOWAŻNIONĄ:

Twój pakiet może odebrać inna osoba, jednak wyłącznie na podstawie Twojego QR kodu oraz zdjęcia awersu dokumentu ze zdjęciem (do wglądu).

ODBIÓR PAKIETU PRZEZ OSOBĘ NIEPEŁNOLETNIA:

Poza kodem QR i dokumentem tożsamości, osoba niepełnoletnia przekazuje podpisane przez rodzica lub opiekuna oświadczenie o zdolności dziecka do udziału w biegu.

Oświadczenie możesz pobrać **tutaj**.





POMIAR CZASU

LIMIT CZASU

NOCNA PIĄTKA 50 MIN.

SZYBKĄ DYCHĄ 2 H

Pomiar czasu odbywać się będzie za pomocą chipa przymocowanego do numeru startowego.

Wszelkie klasyfikacje prowadzone będą wg indywidualnych czasów netto liczonych od momentu przekroczenia linii startu do przekroczenia linii mety. Wyjątkiem jest pierwszych 50 zawodników przekraczających linię mety,

którzy będą klasyfikowani wg czasu brutto, liczonego od momentu strzału startera.

Na trasie biegu rozlokowane będą punkty kontrolne do pomiaru czasu. Ominięcie któregośkolwiek z nich lub skracanie trasy spowoduje dyskwalifikację.



Ostateczna wyprzedaż samochodów dostawczych
w salonach Auto Idea.

Samochody z placu oraz demo.

Dostępne od ręki w świetnych cenach.

Zapoznaj się z ofertą

kp.autoidea.pl/mercedes/ostateczna-wyprzedaz/

Mercedes-Benz



META

Meta będzie się znajdowała tuż przy moło Atrium Biała. Po jej przekroczeniu nie siadaj od razu. Przejdź spokojnie kilkanaście metrów, odpocznij i uzupełnij płyny. Ciesz się swoim sukcesem!

Na mecie, na wszystkich zawodników czekać będzie woda, izotonik Dr Witt oraz świeży owoc.

Nie możemy zapominać o pamiątkowym medalu, który otrzyma każdy zawodnik przekraczający linię mety. :)

Dr Witt
ISOTONIC DRINK

GRAWER

W okolicach mety będziecie mieli możliwość wygrawerowania na medalu swojego imienia i czasu uzyskanego w biegu. Taka pamiątka jest bezcenna. :)





793

Wittt



dr
SZCZESNY
• BEZ KONSERWANTÓW • ISOTONIC DRINK •

Wojciech Szczęsny

WOJCIECH
SZCZESNY

BE A LEGEND



BIAŁYSTOK
BIEGA



Wittt
ISOTONIC DRINK

DLA NAJSZYBSZYCH... NAGRODY!

Zdobywcy miejsc I - V w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn otrzymają nagrody pieniężne.

Na Najszybszego Białostoczanina i Najszybszą Białostoczkankę czeka Weekend z Mercedesem.

Nagrody na dystansach
SZYBKA DYCHA i NOCNA PIĄTKA:

I miejsce	1500 zł
II miejsce	1300 zł
III miejsce	1000 zł
IV miejsce	800 zł
V miejsce	600 zł

Mercedes-Benz
Auto Idea



Wiktorii 5



Rynek Kościuszki 4



GALERIA
IM. SŁĘDZIŃSKICH
MIEJSKA INSTYTUCJA KULTURY

Cztery lokalizacje
Jedna galeria

Sztuka dla każdego



@galeriaslendzinskih



Waryńskiego 24a



Legionowa 2

TRASA BIEGU NOCNA PIĄTKA



TRASA BIEGU SZYBKA DYCHA



PLAN SYTUACYJNY



- 1,2.** Wejście do Biura Zawodów
- 3.** START Nocnej Piątki i Szybkiej Dychy
- 4.** START i META Moltani Kids Run
- 5.** META Nocnej Piątki i Szybkiej Dychy
- 6.** Grawer medali Nocnej Piątki i Szybkiej Dychy
- 7.** Grawer medali Moltani Kids Run przy ul. Branickiego
- 8.** Dekoracje Nocnej Piątki i Szybkiej Dychy



MEGABOX

5 za 20^{zł}



Regulamin na KFC.pl. Oferta dostępna na miejscu.

PUNKTY KIBICOWANIA

Na trasach 15. Białystok Biega punkty muzyczne będą Wam umilały bieg i dodawały jeszcze więcej energii. :)

Będzie głośno, radośnie i energetycznie! Specjalnie dla Was, punkty przygotowują: Księgarnia Tania Książka.pl, Polskie Radio Białystok, Jack Blaze, Waterside.



TANIAKSIAZKA.PL

Punkt kibicowania Księgarnia TaniaKsiążka.pl to prawdziwy ogień! Ten punkt doda Wam skrzydeł, energii i poniesie Was prosto do mety! Jesteśmy przekonani, że mijając tę energetyczną, roztańczoną ekipę, dostaniecie +100 punktów mocy i w gratisie uśmiech na twarzy! Ależ oni mają energię! Ależ moc! Tam będą endorfiny jeszcze przed metą! Spotkacie ich zarówno na Nocnej Piątce, jak i Szybkiej Dyszce.

**Wypożyczalnia samochodów
osobowych i dostawczych**

**east
rent**

WYPOŻYCZ AUTO
W BIAŁYMSTOKU

📍 Hala Makro
📍 Atrium Biała
📍 Dworzec PKP
www.eastrrent.pl
☎ 85 653 32 00

Wypożycz auto już od **79** PLN

24h



JACK BLAZE

Jack Blaze to raper i przedsiębiorca, właściciel Agencji Kreatywnej Blaze Sound & Media od wielu lat związany z lokalną sceną muzyczną.

Jego codziennością jest biznes, tworzenie muzyki i video. Blaze realizuje nagrania w WeM Studio w Białymstoku, wykonuje mix i mastering pomagając w rozwoju młodym wokalistom. Naucza realizacji dźwięku w szkole Estradowej w Michałowie. Prowadzi agencję video produkującą min. filmy reklamowe i teledyski. Wraz z A2PE założył stowarzyszenie Magic Stage, angażuje się w wiele lokalnych inicjatyw tj. jak Podlaska Scena Rap. Należy do grupy biznesowej BNI MORE. Obecnie tworzy także nową markę odzieżową Blazin. Interesuje się rozwojem osobistym.



WATERSIDE

Zespół powstał w kwietniu 2017r. w Białymstoku. Tworzy utwory w swojej aranżacji i ze swoimi tekstami w klimatach około rockowych, bowiem ich muzyka to typowy pop-rock z cięższymi jej odmianami. Autorem muzyki i tekstów są członkowie zespołu, a w chwili obecnej największy w to wkład ma Daria Ostapczuk – wokalistka i gitarzystka, osobicie chwalona przez samego Marka Piekarczuka!

Zespół zagrał prawie 100 koncertów klubowych i plenerowych w północno-wschodniej Polsce, między innymi był półfinalistą Rockowań 2017 i 2019, brał udział w Blues-Rock Festiwalu, supportował między innymi CLEO, współdzielił scenę z Oddziałem Zamkniętym, Luxtorpedą czy Proletaryatem.



Fundacja Białystok Biega od 2011 roku skutecznie zachęca najmłodszych do biegania. Każdego roku dzieci mogą poczuć jakie to wspaniałe uczucie przekroczyć linię mety, pokonać swój dystans. Radość i uśmiech dzieci są bezcenne. Naszym celem jest zaszczepienie wśród najmłodszych pozytywnych emocji, jakie daje ruch i radość z biegania. Każde dziecko jest zwycięzcą!

W Moltani Kids Run nie będzie prowadzony pomiar czasu. Bieg ma na celu propagowanie biegania wśród najmłodszych, ma być formą zabawy. Każdy z zawodników, który ukończy Bieg otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

W zależności od wieku dziecka, bieg odbędzie się na dystansach 100m, 400, 600m i 1km. Moltani Kids Run to bieg zaliczany do cyklu Super Biegacza.

MEDAL

Super Biegacze i Super Rodzice! Prezentujemy tegoroczny medal, który otrzymają na mecie Moltani Kids Run biegające maluchy! Prawda, że pięknie go ozdobi? Z tyłu medalu znajduje się miejsce na grawer! Gwarantujemy, że stworzy to cenną pamiątkę!

Grawer medalu możecie wykonać za strefą mety 13 września.



Sponsor Tytularny



TRASA BIEGU MOLTANI KIDS RUN



SUPER BIEGACZ

Zachęcamy dzieci do udziału w akcji
SUPER BIEGACZ i zdobycia medalu
Super Biegacza!



Na mecie każdego biegu organizowanego przez Fundację Białystok Biega, dzieci otrzymują specjalne naklejki do przygotowanej w tym celu książeczki. Najmłodsi, którzy podczas Moltani Kids Run otrzymają 4. naklejkę mogą odebrać swój medal Super Biegacza na mecie już 13 września.

Czy wiesz, że nawet jeśli Twoja pociecha wzięła udział tylko w jednym biegu w tym roku, ma szansę na medal Super Biegacza?

Poza Moltani Kids Run, w tym roku dzieci będą mogły pobiec w:

- BISON Trail Kids (5.10.)
- Dzieci Biegną dla Niepodległej (11.11.)



Księgarnia TaniaKsiążka.pl
przygotowała dla wszystkich Super
Biegaczy, fantastyczną
Molowankę... z Waszym
ulubionym Molkiem
w roli głównej:)
Miłego kolorowania:)

POBIERZ MOLOWANKĘ!



Supraśl, 4.10.2025
bisonultratrail.pl



*Udając się na wyprawę
do nieznanых krain,
zapomnijcie o wszystkim,
coście o nich czytali czy słyszeli...*

Trzeba po prostu przyjechać i zadziwić się.

12
km

18
km

30
km

50
km

70
km

100
km



Bank Polski



Podlaskie





Bank Polski



Podlaskie



Supraśl, 5.10.2025
bisonmtb.pl

KIBICUJĄ WAM

Sponsor Główny



Partner Strategiczny



Sponsorzy



Mercedes-Benz
Auto Idea



Partnerzy



netto**tax**

