

# Biegowy czerwiec w Rudzie Śląskiej

Bieg Wiewiórki powraca po rocznej przerwie. Już 26 czerwca miłośnicy zdrowego stylu życia będą mogli sprawdzić swoje możliwości w halembkim lesie. Z kolei tydzień wcześniej (19 czerwca) na Burloch Arenie biegacze po raz 17. upamiętnią Jana Koniecznego, zmarłego w 2005 roku radnego Rudy Śląskiej. W tym roku memoriał odbędzie się pod hasłem „Bieg po zdrowie”.

– W ubiegłym roku z powodu pandemii musieliśmy zrezygnować z organizacji wielu imprez sportowych – podkreśla Aleksandra Poloczek, dyrektor Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Rudzie Śląskiej. – Wśród nich znalazł się między innymi bardzo popularny i lubiany przez dorosłych i dzieci Bieg Wiewiórki. Jednak już w najbliższych dniach to się zmieni i zapaleni biegacze oraz miłośnicy nordic walking będą mieli okazję wystartować w sportowej rywalizacji, za którą z pewnością już się stęsknili – dodaje.

Pierwszy z biegów – XVII Memoriał Radnego Jana Koniecznego rozpocznie się w sobotę (19.06) o godz. 11.00 na Burloch Arenie w Orzegowie. Biegowa rywalizacja tradycyjnie odbędzie się na dystansie 5 km, a trasa biegu wynosi cztery crossowe pętle o długości 1250 m.

– Radny Jan Konieczny był człowiekiem bardzo aktywnym. Promował zdrowy styl życia, organizował wiele imprez, dlatego właśnie tym biegiem chcemy zachować pamięć o nim – podkreśla August Jakubik, organizator memoriału.

Dorośli wystartują o godz. 11.00, a wcześniej o godz. 10.00 odbędzie się bieg dzieci na dystansach 200-800 m na bieżni Burloch Areny. Dorośli uczestnicy biegu będą konkurować w 7 kategoriach wiekowych, a dzieci w czterech wiekowych i na różnych dystansach.

## **Dorośli:**

- kobiety rocznik 2005 – 1986
- kobiety rocznik 1985 – 1971
- kobiety rocznik 1970 i starsze
- mężczyźni rocznik 2005 – 1991
- mężczyźni rocznik 1990 – 1976
- mężczyźni rocznik 1975 -1962
- mężczyźni rocznik 1961 i starsi

## **Dzieci:**

- rocznik 2014 i młodsze dziewczęta i chłopcy – 200 m
- rocznik 2013 – 2011 dziewczęta i chłopcy – 400 m
- rocznik 2010 – 2008 dziewczęta i chłopcy – 600 m
- rocznik 2007 – 2006 dziewczęta i chłopcy – 800 m

Trzy pierwsze osoby w klasyfikacji open kobiet i mężczyzn otrzymają puchary i drobne nagrody rzeczowe. Natomiast w kategoriach wiekowych, bez uwzględniania osób nagrodzonych w klasyfikacji open, trzech pierwsi zawodnicy otrzymają puchary i także drobne nagrody rzeczowe. Co więcej, wszyscy uczestnicy na mecie dostaną pamiątkowe medale. Statuetki, upominki i medale otrzymają także dzieci, które wezmą udział w zawodach.

Regulamin biegu oraz informacja o zapisach znajduje się na stronie MOSiR.

Z kolei pierwszy w tym roku Bieg Wiewiórki odbędzie się w sobotę (26.06) i rozpocznie piąty już cykl tego popularnego biegu. Start rywalizacji dzieci zaplanowany został na godz. 11.00, a biegu głównego 11:15. – Ten bieg to świetna okazja, żeby wyjść z domu i spędzić sobotę aktywnie, w towarzystwie zapalonych biegaczy i miłośników nordic walking. Serdecznie zachęcam do udziału – mówi Aleksandra Poloczek.

Warto dodać, że impreza ta skierowana jest do dzieci, osób uprawiających nordic walking, a także biegaczy amatorów i sportowców zrzeszonych w klubach sportowych. Ci ostatni,

podobnie jak w ostatnich latach, będą mogli pokonać maksymalnie dystans półmaratoński.

Tak jak każdego roku bieg rozpoczynał się będzie i kończył na bieżni Szkoły Podstawowej Sportowej nr 15, a w jego trakcie uczestnicy pokonają pętlę o długości 4,2 km, która przebiega przez halembski las. Z kolei dzieci, które nie przekroczyły jeszcze piętnastego roku życia, mogą sprawdzić swoje siły na dystansie 1000 m. Każdy z biegaczy oraz uczestników marszu nordic walking sam zdecyduje, ile okrążeń chce pokonać. Maksymalnie biegacze mogą pokonać tę pętlę pięć razy, czyli w sumie 21 km, a osoby, które wezmą udział w rywalizacji nordic walking, trzy razy i w sumie pokonać 12,6 km.

Zgłoszenia do biegu prowadzone są internetowo przez specjalny formularz znajdujący się na stronie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Rudzie Śląskiej. Wysokość wpisowego na bieg i nordic walking wynosi 15 zł dla dorosłych i 5 zł dla dzieci. W przypadku zapisów w biurze zawodów w dniu biegu opłata wyniesie 25 zł (osoby dorosłe) i 10 zł (dzieci).

Podczas każdego biegu będzie prowadzona klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn z ręcznym pomiarem czasu w konkurencji biegu, jak również w konkurencji nordic walking. Pod koniec cyklu wręczone zostaną medale dla najaktywniejszych uczestników, którzy wystartują w co najmniej 4 biegach, w tym koniecznie w ostatnim, na dowolnym dystansie i w dowolnej konkurencji, dotyczy również biegu dzieci na dystansie 1000 m.

#### **Terminy Biegu Wiewiórki w 2021 roku:**

- 26.06
- 10.07
- 14.08
- 25.09
- 09.10
- 06.11

Więcej informacji o Biegu Wiewiórki na stronie MOSiR.

Źródło: UM Ruda Śląska