9. PKO
BIAŁYSTOK
PÓŁMARATON

INFORMATOR
DLA MEDIÓW

14-15.05.2022

Bank Polski

FUNDACJA F88 BIAŁYSTOK BIEGA BIEGAMY OD 2011

Podlaska Marka 2020

Akredytacje dla mediów (po uprzednim wypełnieniu formularza) będą wydawane w Biurze Zawodów 9. PKO Białystok Półmaratonu, zlokalizowanym na placu przed TEATREM DRAMATYCZNYM, Plac Marszałka J. Piłsudskiego.

13 maja (piątek) w godz. 17:00 - 20:00
14 maja (sobota) w godz. 10:00 - 20:00
15 maja (niedziela) w godz. 7:00 - 9:00

Formularz:
www.bialystokpolmaraton.pl/media/akredytacje-prasowefoto/

PROGRAM

9. PKO Białystok Półmaratonu

PIĄTEK / 13 maja 2022

Plac Marszałka J. Piłsudskiego (plac przed Teatrem Dramatycznym)

17:00 – 20:00 **Obsługa zawodników w Biurze Zawodów oraz SPORT EXPO – targi sportowe**

SOBOTA / 14 maja 2022

9:00 **Bieg Śniadaniowy** *(ok. 3,5 km)*
start Plac Marszałka J. Piłsudskiego, meta ogrody Pałacu Branickich

Plac Marszałka J. Piłsudskiego (plac przed Teatrem Dramatycznym)

10:00 – 20:00 **Obsługa zawodników w Biurze Zawodów oraz SPORT EXPO – targi sportowe**

PKO Bieg Juniora

start i meta – Rynek Kościuszki/ul. Sienkiewicza (starty w grupach co kilka minut)

14:00 **Start PKO Bieg Juniora na dystansie 100m**
14:30 **Start PKO Bieg Juniora na dystansie 600m**
15:10 **Start PKO Bieg Juniora na dystansie 1km**

NIEDZIELA / 15 maja 2022

7:00 – 9:00 **Obsługa zawodników w Biurze Zawodów**
Plac Marszałka J. Piłsudskiego (plac przed Teatrem Dramatycznym)

START: Al. Marszałka J. Piłsudskiego/rondo im. A. Lussy
META: Rynek Kościuszki / ratusz

9:30 **Start PKO Białystok Półmaraton**
11:30 Dekoracje w kategorii generalnej i najszybszych Polaków
12:00 Dekoracje w pozostałych klasyfikacjach
13:00 Zamknięte trasy PKO Białystok Półmaratoinu

13:30 **Start PKO Bieg na 5**
14:00 Dekoracje
14:20 Zamknięcie trasy PKO Bieg na 5
ok. 15:00 Zakończenie 9. PKO Białystok Półmaratonu

9. PKO Białystok Półmaraton
końcowe odliczanie!

Już w najbliższy weekend tysiące biegaczy wyruszy na ulice Białegostoku w ramach 9. PKO Białystok Półmaratonu, PKO Biegu na 5 i innych biegów towarzyszących. Chociaż zapisy online zostały już zamknięte, ci, którzy nie zdążyli się zarejestrować wciąż mogą wziąć udział w imprezie. Ostatnią przepustką do tych wyjątkowych biegów są bowiem zapisy w Biurze Zawodów w dniach 13-14 maja 2022 r.

Półmaraton, który odbywa się w Białymstoku od 2013 r. jest jednym z największych biegowych wydarzeń nie tylko na Podlasiu, ale także należy do czołowych imprez w Polsce. O wysokim poziomie organizacyjnym świadczą ciepłe i pozytywne komentarze uczestników poprzednich edycji, ale także prestiżowe nagrody jak „Podlaska Marka", którą organizatorzy odebrali za 8. PKO Białystok Półmaraton rozegrany w 2021 r., czy „Najlepszy Półmaraton w Polsce" i „Najlepszy Bieg Masowy w Polsce" w plebiscycie portalu MaratonyPolskiej.pl za 2016 r. Również w tym roku, niezmiennie, na wszystkich, którzy zdecydują się wziąć udział w zawodach czeka profesjonalna, przyjazna i pełna pozytywnych emocji atmosfera.

Chociaż głównymi punktami programu biegowego są 9. PKO Białystok Półmaraton i PKO Bieg na 5 km, zaplanowane na 15 maja, to pierwsze aktywności czekają wszystkich już w sobotę 14 maja. O godzinie 9:00 z placu Marszałka J. Piłsudskiego wyruszy wyjątkowy Bieg Śniadaniowy. To ciekawa inicjatywa, w której nie liczy się czas ani tempo, a po prostu wspólna dobra zabawa. W Biegu Śniadaniowym udział może wziąć każdy. Dla startujących w niedzielę może to być okazja do wykonania rozruchu, bądź podziwiania widoków podczas przemierzania miasta w konwersacyjnym tempie.

Na sobotę 14 maja zaplanowano także sportowe emocje dla najmłodszych. Od godziny 14:00 Rynek Kościuszki zapełni się biegającymi dziećmi, biorącymi udział w PKO Biegu Juniora. Jak wiadomo, aktywność sportową trzeba promować od jak najmłodszych lat, dlatego nie mogło zabraknąć tak istotnego punktu w programie weekendu. Chociaż biegi będą prowadzone w formie zabawy, nie rywalizacji, to niewątpliwie fakt otrzymania na mecie medali przez najmłodszych uczestników imprezy, będzie dla nich powodem do dumy i radosnych wspomnień.

„Główne danie” z weekendowego menu biegowego w Białymstoku, czyli 9. PKO Białystok Półmaraton zostanie zaserwowane w niedzielny poranek. O godzinie 9:30 kilka tysięcy osób wyruszy na ulice stolicy województwa podlaskiego, by walczyć o swoje cele, jak najlepsze wyniki, pokonać kolejny półmaraton lub po prostu w wyjątkowej atmosferze podziwiać uroki miasta. Mając na uwadze, że uczestnicy przebiegną obok m.in. Pałacu Branickich, kampusu Uniwersytetu w Białymstoku czy Politechniki Białostockiej, stadionu Miejskiego i lekkoatletycznego, budynku Katedry czy przez tereny zielone, jak Las Zwierzyniecki i Park Planty, ciekawych widoków na pewno nie zabraknie.

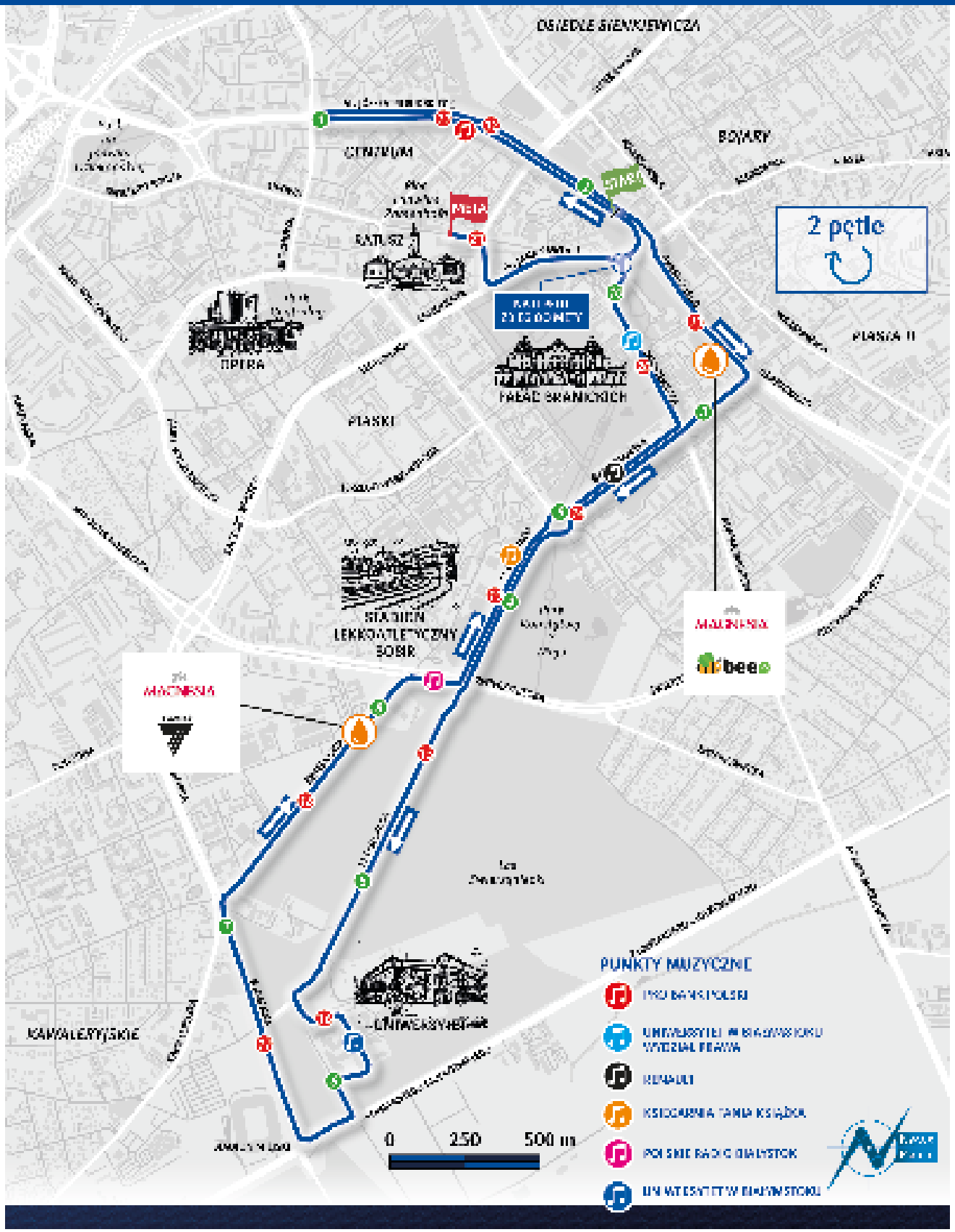
Jak zapowiada Grzegorz Kuczyński, prezes Fundacji Białystok Biega, organizatora imprezy, oprócz atrakcyjnej turystycznie trasy, biegający w Białymstoku mogą również liczyć na gorący doping niemal na każdym kilometrze biegu: - Wraz z naszymi Partnerami przygotujemy kilka punktów muzycznych rozlokowanych wzdłuż trasy. Dzięki temu, że główny bieg rozgrywany jest na 2 pętlach, kibice będą mieli więcej okazji na zobaczenie swoich bohaterów, a biegacze będą mieli wrażenie, że punkty z muzycznym dopingiem są średnio co 2 km! Możemy spodziewać się punktów kibicowania przygotowanych m.in. przez Tanią Książkę, Renault, Wydział Prawa UwB, Polskie Radio Białystok, PKO Bank Polski. Wsparcia ze strony kibiców na pewno nie zabraknie – podsumowuje.
Jako ostatni punkt w programie imprezy, organizatorzy przewidzieli PKO Bieg na 5., który wystartuje o godz. 13:30. Dzięki atestowanej trasie będzie to świetna okazja do walki dla tych zawodników, którzy chcą poprawić swoje oficjalne życiówki na tym dystansie. Jednocześnie jest to bieg na tyle krótki i przyjazny, że z powodzeniem mogą startować w nim zupełnie początkujący.

Nowością białostockiego półmaratonu będzie Strefa Finiszera ulokowana w Ogrodach Branickich. To właśnie tam biegacze będą częstowani regionalnymi potrawami, a na zbolałe mięśnie pomogą masażyści. – Zawodnicy będą mogli odpoczywać, ciesząc się posiłkiem i strefą relaksu. W takiej strefie, w tym miejscu, uczestnicy wydarzenia będą po raz pierwszy. Taki chillout po biegu z Pałacem Branickich w tle! – opowiada Grzegorz Kuczyński.

Chociaż zapisy online do 9. PKO Białystok Półmaratonu, PKO Biegu na 5 czy PKO Biegu Juniora są już zamknięte, to wciąż jeszcze istnieje szansa, by wziąć udział w tym wyjątkowym wydarzeniu. Biuro Zawodów będzie czynne w piątek od 17:00 do 20:00, w sobotę od 10:00 do 20:00 i w niedzielę w godzinach 7:00-9:00. Jeżeli ktoś jeszcze nie zaplanował swojego weekendu w Białymstoku, powinien skorzystać z nadarzającej się w ostatniej chwili okazji i na własnej skórze poczuć siłę imprezy odznaczonej nagrodą „Podlaskiej Marki”.

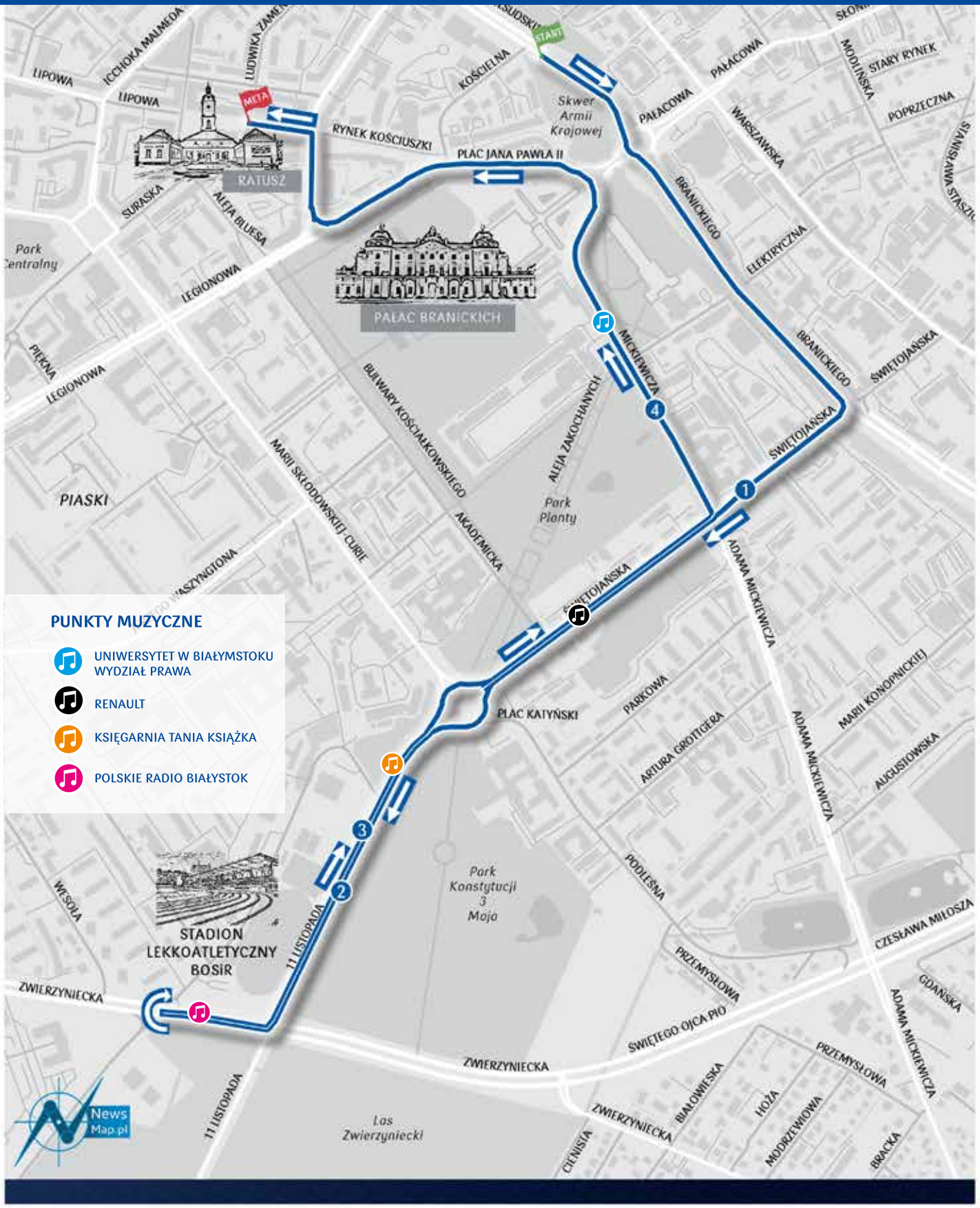
9. PKO Białystok Półmaraton

TRASA

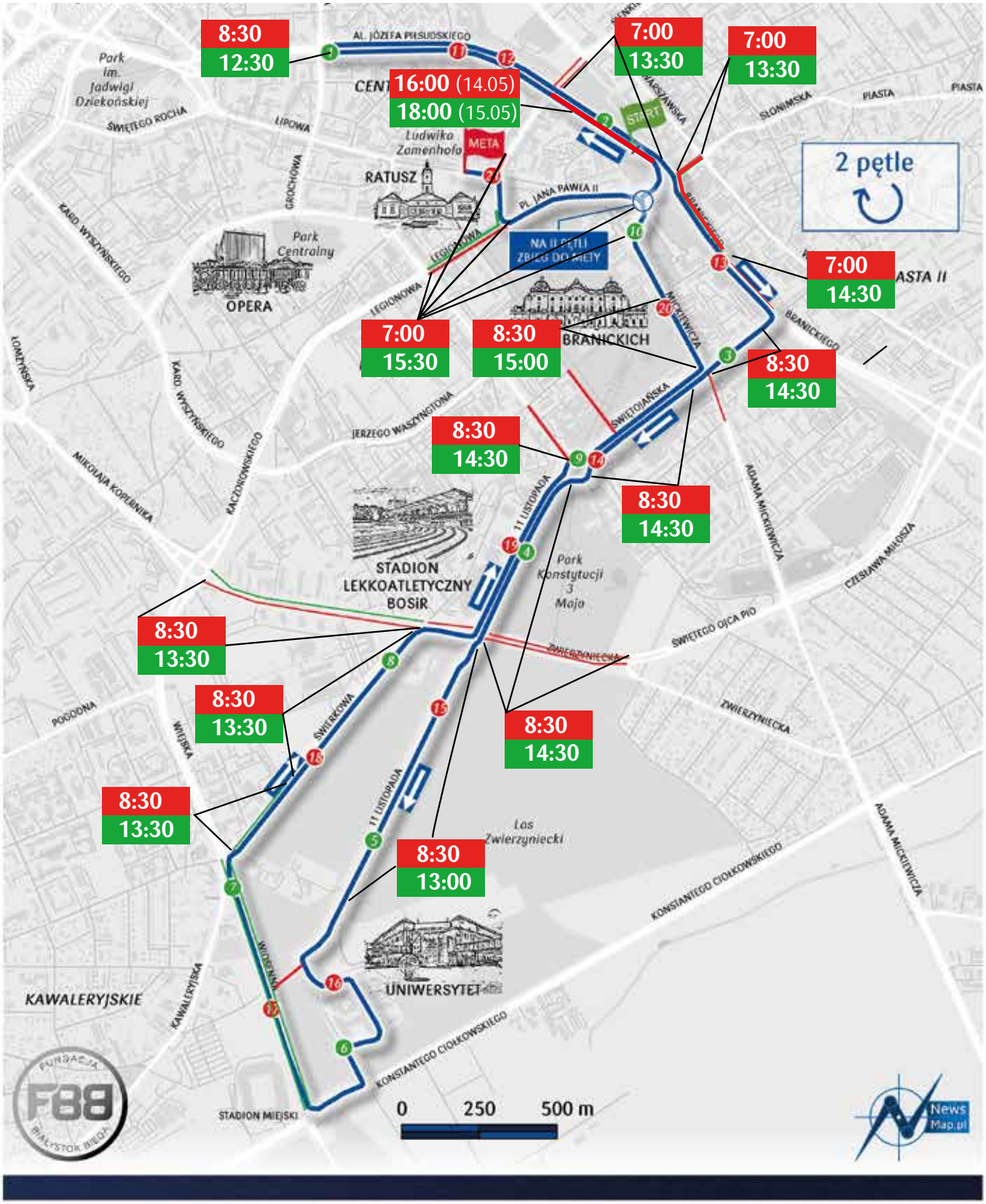


START/META · KILOMETRY I PĘTLA II PĘTLA · PUNKT ODŻYWCZY · TRASA 21,1 KM

PKO BIEG NA 5
TRASA



UTRUDNIENIA W RUCHU 15.05.2022



START/META

KILOMETRY
I PĘTLA II PĘTLA

TRASA 21,1 KM

FAWORYCI

9. PKO BIAŁYSTOK PÓŁMARATONU

MĘŻCZYŹNI

Cosms Kyeva	Kenia / życiówka 1:02:32
	Rekordzista trasy PKO Białystok Półmaratonu 1:03:41 (2019)
Boniface Nduva	Kenia / życiówka 1:02:04
Przemysław Dąbrowski	Polska / życiówka 1:06:00
Emil Dobrowolski	Polska / życiówka 1:04:17
	Zwycięzca 8. PKO Białystok Półmaratonu
Adam Głogowski	Polska / życiówka: 1:05:26
Tomasz Grycko	Polska / życiówka 1:04:26

KOBIETY

Valentyna Veretska	Ukraina / życiówka: 1:15:50
	Zwyciężczyni 8. PKO Białystok Półmaratonu
Monika Jackiewicz	Polska / życiówka: 1:12:50
	Mistrzyni Polski w maratonie
Remalda Kergyte	Litwa / życiówka 1:16:23
Lilia Fisikovici	Mołdawia - życiówka 1:10:45

FOT. Jan Nyka

Jedyny taki zwycięzca

[...] W Białymstoku w poprzednich latach obok zagranicznych zawodników startowali najlepsi polscy biegacze, jak m.in. Marcin Chabowski, Arkadiusz Gardzielewski, Damian Kabat, Artur Kern, Radosław Kłeczek, Paweł Ochal. Żaden z nich nie wyjechał jednak ze stolicy Podlasia jako zwycięzca imprezy. Ta sztuka udała się jedynie Emilowi Dobrowolskiemu. Jak sam przyznał, nie był świadomy, że zajmuje tak wyjątkowe miejsce w historii biegu.
– *Nawet nie wiedziałem, że jestem jedynym polskim zwycięzcą. W zeszłym roku miałem trochę szczęścia, do Białegostoku nie przyjechali zagraniczni biegacze, ścigałem się z Damianem Kabatem i Przemkiem Dąbrowskim. W związku z upałem, tempo nie było zbyt mocne, zmienialiśmy się na prowadzeniu i dopiero na ostatnim kilometrze udało się uciec. Był to mój najwolniejszy bieg w Białymstoku, kilka razy byłem w lepszej formie, ale była też lepsza obsada* – komentuje Emil Dobrowolski.

W tym roku Emil Dobrowolski przyjeżdża do Białegostoku, by bronić tytułu wywalczonego w poprzedniej edycji. Na pewno nie będzie to łatwe zadanie, bowiem impreza przyciąga swoim poziomem organizacyjnym i sportowym wielu utalentowanych biegaczy.

O powtórzenie sukcesu sprzed roku będzie jednak ciężko, bo organizatorzy awizują start naprawdę mocnej czołówki. Listę startową otwierają Kenijczycy – rekordzista trasy Cosmas Kyeva Mutuku (PB: 1:02:32) oraz Boniface Nduva (1:02:04). Swojej szansy na podium poszukają Tomasz Grycko (1:04:05) i Przemysław Dąbrowski (1:06:00). Będą też mocni Artur Olejarz (1:06:17) i Adam Głogowski (1:05:27).

Ciekawie zapowiada się rywalizacja kobiet. Do Białegostoku przyjedzie m.in. Monika Jackiewicz, która na początku kwietnia rewelacyjnie spisała się w maratonie w Dębnie. W debiucie uzyskała wynik 2:29:51 i została mistrzynią Polski. W niedzielę na starcie nie zabraknie zawodniczek z zagranicy, wśród nich znajdzie się m.in. Ukrainka Walentyna Warecka, która z czasem 1:18:41 wygrała ubiegłoroczną edycję PKO Białystok Półmaratonu. Wystartuje także Mołdawianka Lilia Fisikovici – uzyskany przez nią w 2018 roku wynik 1:10:45 to rekord kraju [...]

źródło: biegowe.pl

STREFA FINISHERA

PO RAZ PIERWSZY W WERSJI PAŁACOWEJ

Po przekroczeniu linii mety, zawodnicy będą zaproszeni do Strefy Finisfera w przepięknych ogrodach Pałacu Branickich. Zaledwie kilkaset metrów za linią mety czekać na nich będzie regionalne jedzenie, masaże, możliwość graweru na medalu i relaks na leżakach... czyli wielka strefa chilloutu i odpoczynku.

- regionalne jedzenie
- masaże
- grawer medalu
- izotoniki
- depozyt
- przebieralnie
- strefa chilloutu:)

CHARYTATYWNY
PKO BIAŁYSTOK PÓŁMARATON

Uczestnicy 9. PKO Białystok Półmaratonu mogą wziąć udział w akcji charytatywnej „biegnę dla…" i pomóc choremu chłopcu. Wystarczy, że do koszulki startowej przypną kartkę z napisem „biegnę dla Julka" i dotrą z nią do mety. Organizatorem akcji jest Fundacja PKO Banku Polskiego.

Do akcji „biegnę dla Julka" może dołączyć każdy uczestnik 9. PKO Białystok Półmaratonu odbywającego się w niedzielę 15 maja 2022 r. W zamian za zaangażowanie biegaczy, Fundacja PKO Banku Polskiego przekaże środki na rzecz beneficjenta. W akcję mogą włączyć się również startujący w PKO Biegu na 5. oraz odbywającym się dzień wcześniej PKO Biegu Juniora.

Dwuletni Julek zachorował na nowotwór – neuroblastomę i przeszedł całą kurację. Nadal jedna wymaga leczenia, by zapobiec nawrotowi choroby. Chłopiec jest podopiecznym Fundacji Siepomaga.

Kartki-identyfikatory akcji „biegnę dla Julka" będzie można odbierać w biurze zawodów w czasie jego pracy.
Fundacja PKO Banku Polskiego od 2013 roku w całym kraju organizuje akcje charytatywne „biegnę dla…". Dotąd odbyło się ich już ponad 480, a Fundacja PKO Banku Polskiego wsparła ponad 550 beneficjentów łączną kwotą prawie 6,5 mln zł. W akcje pomocy zaangażowało się prawie 217 tys. biegaczy.

Bank Polski | Biegajmy razem

biegnę dla Julka

www.fundacjapkobp.pl

CHARYTATYWNY
PKO BIAŁYSTOK PÓŁMARATON

W czasie PKO Białystok Półmaratonu, będziemy zbierali fundusze na pomoc w leczeniu Olgi – Lawendowej Dziewczynki.

Olga ma 11 lat, choruje na NF1 (zespół Recklinghausena) – to choroba, w której organizm samoczynnie produkuje guzy w ciele chorego. Oli guz jest w mózgu, w samym środku główki, na skrzyżowaniu nerwów wzrokowych. Jest bardzo duży i ciągle rośnie mimo 3 ciężkich operacji i intensywnej chemioterapii.
Nowotwór oślepił Olę na jedno oczko. Dziewczynka jest słaba, ciągle zmęczona, korzysta z wózka inwalidzkiego. Jednocześnie pozostaje spokojna, cierpliwa i optymistyczna. Ma też talent malarski i ksywkę „Lawendowa Dziewczynka".
O chorobie dowiedzieliśmy się trzy lata temu – już wtedy potrzebna była operacja ratująca życie Olusi. Część guza została wycięta. I kiedy rodzice mieli nadzieję, że jest stabilnie okazało się, że nowotwór znowu urósł. To był powrót do piekła. Oli wszczepiono zastawkę w mózgu.

Po 7 miesiącach wycieńczającego leczenia okazało się, że guz dalej rośnie. Ola zaczęła niewyraźnie mówić. Przed nią następne długie miesiące nowej chemioterapii w Centrum Zdrowia Dziecka.

Pamiętamy jak Ola brała udział w naszych biegach dla dzieci. Czekamy, żeby do nas wróciła!

9. PKO
BIAŁYSTOK
PÓŁMARATON

ZAPRASZAMY

Bank Polski

Białystok

Podlaskie

tania ksiazka.pl

RENAULT