

5. Bieg

ZIELONA GÓRA

TĘTNI DOBREM

21 CZERWCA 2026

Dołącz i wspieraj
honorowe krwiodawstwo

ŁĄCZY NAS KREW, KTÓRA RATUJE ŻYCIE

BO TĘTNI W NAS DOBRO

4500m

INFORMATOR

STARTOWY

Ministerstwo
Zdrowia



www.gov.pl/nck



RCKiK
Zielona Góra



www.twojakrew.pl

ROZKŁAD JAZDY

9.00-10.40 BIURO ZAWODÓW

Prosimy o nieodbieranie pakietów na ostatnią chwilę

PARKING ZA HALĄ TENISOWO- LEKKOATLETYCZNĄ

10.30 OFICJALNE OTWARCIE 5.BIEGU "ZIELONA GÓRA TĘTNI DOBREM"

10.45 ROZGRZEWKA

11.00 START 5. BIEGU "ZIELONA GÓRA TĘTNI DOBREM"

12.15 DEKORACJA ZWYCIĘZCÓW

13.00 ZAKOŃCZENIE ZAWODÓW

9.00-12.00 AKCJA KRWIODAWSTWA W KRWIOBUSIE



PRZYDATNE INFORMACJE

START I META

PARKING HALI TENISOWO-LEKKOATLETYCZNEJ UL. SULECHOWSKA 37



NAJBLIŻEJ ZLOKALIZOWANE DUŻE PARKINGI

PARKING PRZY CENTRUM REKREACYJNO-SPORTOWYM

TRASA BIEGU

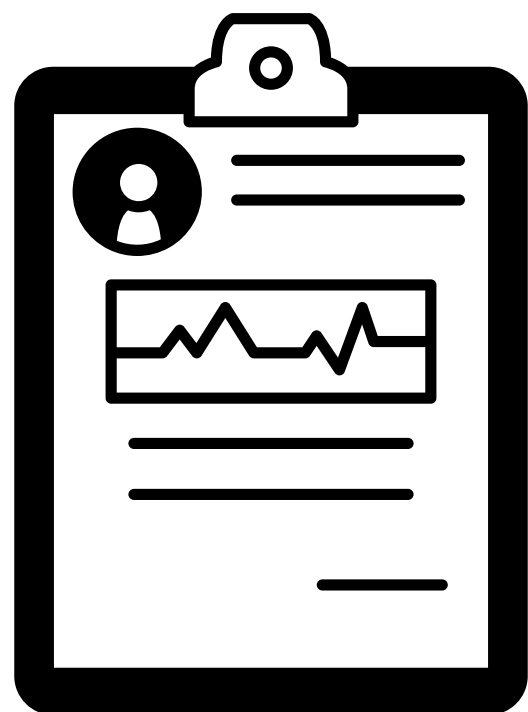
MAPA POGLĄDOWA TRASY



KONTAKT DO ORGANIZATORÓW

TEL. 606326487 - KRZYSZTOF

TEL. 453272251 - KAROLA



FORMALNOŚCI

DOKUMENTY DO POBRANIA

UPOWAŻNIENIE DO ODBIORU PAKIETU

ZGODA NA START OSOBY NIEPEŁNOLETNIEJ

WAŻNE!!!

**ZAWODNICY STARTUJĄCY W KATEGORII "HONOROWY DAWCA KRWI"
BĘDĄ PROSZENI O OKAZANIE W BIURZE ZAWODÓW LEGITYMACJI HONOROWEGO
DAWCY KRWI**

STOISKA

● REGIONALNE CENTRUM KRWIODAWSTWA I KRWIOLECZNICTWA
W ZIELONEJ GÓRZE - KRWIOBUS

● FOTOBUDKA

WAŻNE!!!

**POSIŁEK REGENERACYJNY W POSTACI WODY, CIASTA I OWOCÓW
BĘDZIE WYDAWANY OD GODZINY 11.30 ZA OKAZANIEM NUMERU STARTOWEGO**