11. PZU Bieg Trzech Kopców: ruszyły zapisy! Zniżki dla posiadaczy KKR

2017-07-04

**Można już zgłaszać się do 11. PZU Biegu Trzech Kopców, który odbędzie się w Krakowie 1 października – tradycyjnie w pierwszą niedzielę tego miesiąca.
Z uwagi na limit uczestników – 2800 osób, warto nie czekać z rejestracją na listę startową i uiszczeniem wpisowego. Posiadaczom Krakowskiej Karty Rodzinnej przysługuje 50% zniżki. Podczas weryfikacji w Biurze Zawodów należy przedstawić ważną Krakowską Kartę Rodzinną oraz dokument tożsamości.**

Lista startowa zostanie zamknięta w momencie nadania 2800 numeru. Ustalony limit spowodowany jest względami bezpieczeństwa i pojemnością trasy.

Szczegółowe informacje na temat zapisów i sposobu uiszczania opłaty startowej znajdują się w regulaminie zamieszczonym na stronie internetowej www.pzubiegtrzechkopcow.pl.

Do 31 sierpnia opłata startowa wyniesie 40 zł. Od 1 września do końca przyjmowania zgłoszeń internetowych (22 września) wzrośnie do 70 zł, a w Biurze Zawodów (30 września i 1 października) będzie to 100 zł (w przypadku niewyczerpania limitu we wcześniejszej fazie zapisów).

ZAPISY

Międzynarodowe Otwarte Mistrzostwa Krakowa w Biegu Górskim to impreza, której pierwsza edycja została zorganizowana w 2007 roku. Uczestnicy mają do pokonania 13-kilometrową trasę pomiędzy trzema krakowskimi kopcami – Krakusa, Kościuszki i Piłsudskiego.

Prawie 1/4 biegu prowadzi ścieżkami o nieutwardzonej nawierzchni. Różnica poziomów sięga 160 m. Ze względu na zróżnicowanie terenu w klasyfikacji międzynarodowej bieg został zaliczony jako „anglosaski", w którym trasa prowadzi raz w górę raz w dół, w odróżnieniu od wersji „alpejskiej", gdzie trasa w przeważającej części tylko się wznosi. Dystans należy pokonać w regulaminowym czasie 2 godzin.

Wszędzie na trasie można się przekonać, że Kraków oferuje nie tylko zabytki i nowoczesną infrastrukturę, ale również urokliwe krajobrazy i naturalną przyrodę. Jest to jedyny w Polsce bieg górski, który wiedzie przez centrum dużego miasta.

Pakiety startowe 11. PZU Biegu Trzech Kopców można zdobyć jako nagrody w interaktywnej grze Krakowskie Granie w Bieganie – otrzyma je pięć osób, które uzyskają najlepsze wyniki w okresie od 1 do 31 lipca. Z zasadami można zapoznać się w regulaminie gry.

11. PZU Bieg Trzech Kopców wchodzi w skład Królewskiej Triady Biegowej 2017 – razem z 16. PZU Cracovia Maraton (który odbył się 30 kwietnia) oraz kończącym sezon biegowy w Krakowie 4. PZU Cracovia Półmaratonem Królewskim (15 października). Osoby, które ukończą wszystkie trzy ww. imprezy otrzymają specjalne statuetki i dyplomy.

Z regulaminem Królewskiej Triady Biegowej 2017 można zapoznać się TUTAJ.