



PKO  
GDYNIA  
PÓŁMARATON

26/04/2025



# INFORMATOR BIEGACZA

[WWW.GDYNIAPOLMARATON.PL](http://WWW.GDYNIAPOLMARATON.PL)

SPONSOR  
TYTULARNY



Bank Polski

PARTNER  
STRATEGICZNY



Pomorskie

SPONSORZY

THULE

CISOWIANKA

4MOVE



[sportano.pl](http://sportano.pl)



Samochody  
Dostawcze

PATRONI  
MEDIALNI



SportoweFakty



Radio Gdańsk

ORGANIZATOR





Drodzy Zawodnicy,

nasze miasto tętni energią i inspiruje do aktywności każdego dnia. To tutaj pasja do sportu łączy się z wyjątkową atmosferą nadmorskiego krajobrazu, a ulice zamieniają się w arenę rywalizacji, determinacji i radości z pokonywania własnych granic.

PKO Gdynia Półmaraton to święto biegania, w którym liczy się nie tylko wynik, ale też duch walki, wsparcie kibiców i niezapomniane emocje. Jestem przekonana, że start w tym biegu będzie nie tylko okazją do sprawdzenia siebie, ale i doświadczenia niezwyklej atmosfery, jaką tworzą zawodnicy i mieszkańcy.

Życzę wszystkim uczestnikom powodzenia, siły i satysfakcji na trasie. Niech ten dzień dostarczy Państwu wielu pozytywnych wrażeń, a osiągnięcie mety stanie się powodem do dumy i satysfakcji.

Prezydent Miasta Gdyni  
Aleksandra Kosiołek



# Grand Prix Gdyni 2025

**20** Nocny Bieg

**06** Świętojański  
Z  DECATHLON

**zapisy do 9 czerwca**

**11** Gdyński Bieg

**11** Niepodległości  
Z  DECATHLON

**zapisy do 28 października**

**[gdyniasport.pl](http://gdyniasport.pl)**



# ZDROWO I AKTYWNIENIE – NA BANK

PKO Bank Polski Ekstraklasa, Polska Liga Siatkówki, biegi uliczne oraz trailowe, a także triathlon i jeździectwo – to obszary, we wsparcie których od wielu lat angażuje się PKO Bank Polski. Promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia, wsparcie sportowców wyczynowych oraz amatorów, czyli dbanie o szeroko pojęty dobrostan to wiodące elementy strategii PKO Banku Polskiego.

Wspieranie sportu, który często łączymy z ideą dobroczynności to także jedno z narzędzi, które aktywnie wspiera działania biznesowe banku. Dzięki temu tworzymy ogólnokrajową rozpoznawalność marki oraz pozycję solidnego i godnego zaufania partnera.

Od 2013 r. bank realizuje autorski program PKO Bank Polski Biegajmy Razem. Ambasadorkami programu biegowego są utytułowane polskie lekkoatletki: Sofia Ennaoui i Joanna Józwik. Wspieramy imprezy biegowe w całej Polsce, na dystansach od kilkuset metrów do ultramaratonów. Nasze ambasadorki chętnie wymieniają się z biegaczami swoim doświadczeniem, udzielając cennych rad i zawsze przybijają motywacyjną „piątkę”.

Jesteśmy również Sponsorem Głównym Sofii Ennaoui, wicemistrzyni Europy w biegu na 1500 metrów. Wspieramy Sofię w przygotowaniach do najważniejszych wydarzeń sportowych umożliwiając trening na najwyższym poziomie.

Wiemy, jak ważna jest aktywność fizyczna. Szczególnie w dobie dynamicznego rozwoju technologii istotne jest, aby zadbać o kondycję psychofizyczną, którą gwarantuje zdrowy ruch. Podczas wydarzeń organizujemy strefy aktywności oraz miasteczka lekkoatletyczne po to, aby zaszczyć pasję do sportu już wśród najmłodszych. W wydarzeniach jesteśmy nie tylko sponsorem, ale także – jako bank – aktywnie w nich uczestniczymy. Pracownicy banku oraz członkowie zarządu regularnie stają na startach wydarzeń biegowych oraz z uśmiechem na twarzy przekraczają linie mety. Dodatkowo w banku, od kilkunastu lat, prowadzona jest sekcja biegowa zrzeszająca ponad 500 biegających pracowników.

Jako partner akcji Biegam Bo Lubię, pomagamy przygotowywać się do imprez biegowych. Na blisko 100 stadionach lekkoatletycznych w całej Polsce, pod okiem profesjonalistów, przez cały tydzień odbywają się bezpłatne treningi. Podczas nich trenerzy uczą podstaw technik biegowych, udzielają wskazówek, jak dbać o ogólną sprawność, jak poprawiać wyniki biegowe oraz podpowiadają, w jaki sposób czerpać radość z biegania, zapobiegać kontuzjom i regenerować się po intensywnym wysiłku.

Bank jest również autorem i organizatorem PKO Biegu Charytatywnego – ogólnopolskiej sztafety charytatywnej, odbywającej się jednocześnie w 12 miastach w naszym kraju. W 2024 r. pobiegliśmy już po raz ósmy. We wszystkich dotychczasowych odsłonach, uczestnicy wraz z dziećmi biorącymi udział w PKO Biegu Charytatywnym Młodych, wybiegali 214 565 okrążeń, co daje 85 826 km. W zamian za ich zaangażowanie Fundacja PKO Banku Polskiego przekazała ponad 8 mln zł dla najbardziej potrzebujących dzieci w Polsce.

Od 2018 r. PKO Bank Polski współpracuje sponsorsko z Ekstraklasą S.A. W sezonach 2018/2019, 2019/2020 oraz 2020/2021 bank był Partnerem Głównym, a w sezonach 2021/2022 oraz 2022/2023 był Partnerem Tytularnym rozgrywek Ekstraklasy. W 2023 r. Partnerstwo Tytularne zostało przedłużone na kolejne 4 lata (do sezonu 2026/2027). Bank wspiera także piłkarskie inicjatywy dla dzieci i młodzieży – Akademia Klasy Ekstra, Ekstra Talent, Ekstra Klub. Co miesiąc, przyznajemy nagrodę Młodzieżowca Miesiąca PKO Banku Polskiego, wspierając młode, piłkarskie talenty.

Wszyscy wiemy, jak pozytywne emocje wywołuje siatkówka w naszym kraju, dlatego naturalnym dla nas krokiem było związanie się w 2024 z Polską Ligą Siatkówki. To podczas tych meczów możemy oglądać zawodników światowej klasy, a polskie drużyny regularnie grają w finałach siatkarskiej Ligi Mistrzów. Polska siatkówka to marka sama w sobie i jako największy bank w Polsce chcemy wspierać ją w rozwoju na skalę światową. Umowa obejmuje PlusLigę, żeńską TauronLigę oraz PLS 1. Ligę.





# PKO BANK POLSKI TO WIĘCEJ NIŻ BANK

Sprawdź, jak nasza aplikacja IKO łączy funkcje bankowości mobilnej z dodatkowymi możliwościami:

- kantor online 24/7 z 10 walutami
- zakup i obsługa funduszy inwestycyjnych
- wygodny zakup biletów komunikacyjnych oraz opłacanie przejazdów na wybranych odcinkach autostrad

Aplikacja IKO stanowi usługę bankowości elektronicznej. Usługa Opłaty za autostrady w aplikacji IKO świadczona jest za pośrednictwem PKO BP Finat.

www.pkobp.pl, infolinia: 800 302 302 brak opłat dla numerów krajowych na terenie kraju; w pozostałych przypadkach opłata zgodna z taryfą operatora, +48 81 535 60 60 opłata zgodna z taryfą operatora.



Bank Polski



Drogie Biegaczki oraz drodzy Biegacze!

Serdecznie witam Was na PKO Gdynia Półmaratonie 2025! To, że wybraliście start w Gdyni, jest dla mnie i dla całego zespołu organizacyjnego powodem do ogromnej dumy.



Trwa światowy boom na bieganie, który jest bardzo widoczny również w Polsce. PKO Gdynia Półmaraton nie jest tu wyjątkiem - będzie nas ponad 20% więcej niż rok temu. Dziękujemy za zaufanie, a nasz zespół, w tym setki wolontariuszy, dołoży wszelkich starań, by start w naszej imprezie był przez Was jak najlepiej wspomniany.

Szczególnie witam i życzę powodzenia wszystkim debiutantom - zarówno tym, którzy po raz pierwszy zmierzą się z dystansem półmaratońskim, jak i tym, którzy pobiegną swoją pierwszą oficjalną "piątkę" podczas PKO Gdynia 5K. Widzieć Waszą radość na mecie to dla nas zawsze coś wyjątkowego!

Trzymam również kciuki za wszystkie biegaczki. Kobiety stanowią będą niemal 1/3 wszystkich uczestników PKO Gdynia Półmaratonu, a w przypadku PKO Gdynia 5K ten odsetek wynosi ponad 45%. Naszym celem jest doprowadzić do sytuacji, w której biegaczki stanowią będą co najmniej połowę wszystkich uczestników wydarzenia. Mamy nadzieję, że takie inicjatywy jak Sportowa Przystań w Gdyni, czy specjalna strefa dla kobiet w naszym półmaratońskim miasteczku przyczynią się do realizacji tego założenia. W końcu... Gdynia jest kobietą!

Cieszę się również z wyraźnego wzrostu frekwencji podczas Frugo Kids Run. Dzięki temu jeszcze więcej młodych osób złapie biegowego bakcyła, a my wesprzemy darowiznami lokalne placówki oświatowe.

PKO Gdynia Półmaraton nie mógłby się odbyć bez wsparcia naszych partnerów, na czele z PKO Bankiem Polskim. Imprezę wspierają także władze miasta Gdynia oraz Marszałek Województwa Pomorskiego, za co serdecznie dziękuję.

Podsumowując - czeka nas wspaniały biegowy weekend! Łapcie każdą jego chwilę i cieszcie się każdym kilometrem trasy. Uśmiechajcie się do naszych fotografów, operatorów kamer i wolontariuszy. Wasz uśmiech to dla nas najlepsza nagroda!

Powodzenia!  
Michał Drelich  
Dyrektor PKO Gdynia Półmaratonu



## NAJWAŻNIEJSZE IMPREZY SPORTOWE NA JEDNEJ PLATFORMIE ONLINE



- Indywidualne konto użytkownika z historią startów i wyników



- Szybka i wygodna rejestracja na wiele eventów



- Innowacyjne usługi z poziomu formularza



- Płatności online



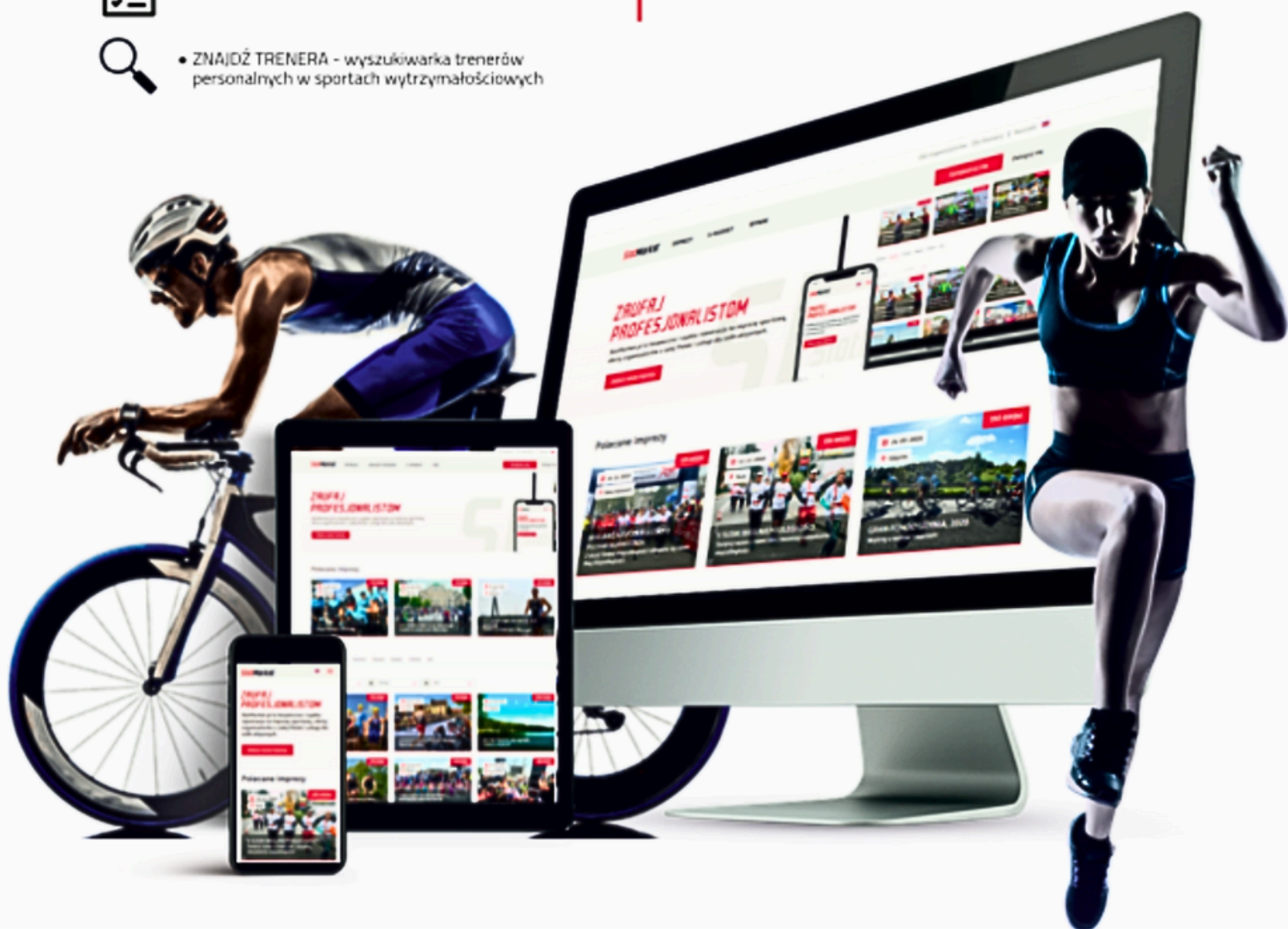
- Ocena eventu



- ZNAJDŹ TRENERA - wyszukiwarka trenerów personalnych w sportach wytrzymałościowych

Za pośrednictwem SlotMarket.pl możesz:

- zapisać się i opłacić swój udział w imprezie
- prowadzić rejestrację na swój event
- korzystać z innowacyjnych usług e-commerce



# INFORMACJE



DATA

26 kwietnia  
sobota

27 kwietnia  
niedziela

26 kwietnia  
sobota

START

20:30

9:00

12:00

DYSTANS

21,0975 km

5 km

100 m - 1000m

LIMIT

3 godziny

45 minut

brak

ATEST PZLA



**Biuro Zawodów** - Race Office  
**Dekoracje** - Awards  
**After Party**  
**Official Merchandise Store**

**Szatnie** - Changing Rooms

**Toalety** - Toilets

**Fit Living Expo**

**Strefa Kobiet**  
Women's Zone

Akwarium  
Gdyńskie



# PROGRAM

## 25 kwietnia, piątek

lokalizacja: Skwer Kościuszki, Gdynia

14:00 - 20:00      Biuro zawodów - odbiór pakietów

14:00 - 20:00      Fit Living Expo

## 26 kwietnia, sobota

lokalizacja: Skwer Kościuszki, Gdynia

10:00 - 20:30      Fit Living Expo

10:00 - 19:30      Biuro zawodów - odbiór pakietów startowych

10:00 - 13:00      Biuro zawodów - odbiór pakietów startowych (Frugo Kids Run)

12:00                **Start Frugo Kids Run**

13:45                Dekoracje Frugo Kids Run

19:00 - 00:00      Godziny otwarcia depozytu

20:00                Otwarcie stref startowych

20:30                **Start PKO Gdynia Półmaraton**

21:00 - 02:00      After Party (namiot biura zawodów)

21:30                Spodziewany finisz zwycięzcy PKO Gdynia Półmaraton

23:45                Spodziewany finisz ostatniego zawodnika PKO Gdynia Półmaraton (zamknięcie trasy)

00:00                Dekoracje zawodników PKO Gdynia Półmaraton oraz sztafet (namiot biura zawodów)

## 27 kwietnia, niedziela

lokalizacja: Skwer Kościuszki, Gdynia

7:30 - 10:30      Godziny otwarcia depozytu

8:30                Otwarcie stref startowych

9:00                **Start PKO Gdynia 5K**

9:15                Spodziewany finisz zwycięzcy PKO Gdynia 5K

9:50                Spodziewany finisz ostatniego zawodnika PKO Gdynia 5k

10:15                Dekoracje PKO Gdynia 5K (namiot biura zawodów)

9:30 - 11:00      Śniadanie dla zawodników PKO Gdynia 5K

# FIT LIVING EXPO

## GODZINY OTWARCIA

25 kwietnia 2025, piątek

14:00 - 20:00

26 kwietnia 2025, sobota

10:00 - 20:30

## LISTA WYSTAWCÓW

E BRIDGE

CRACOVIA MARATON

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

IRONMAN POLAND

JYSK

KUCHNIA VIKINGA

MARSQUEST EUROPE

NOCNY PORTOWY MARATON SZCZECIŃSKI

OMNI RUNNING

SPORT CENTER

THULE

TRISTAYLE

UNIWERSYTET WSB MERITO GDYNIA





# OFFICIAL MERCHANDISE STORE

SKWER KOŚCIUSZKI, GDYNIA



25-26 KWIETNIA 2025

GODZINY OTWARCIA  
OPENING HOURS

PIĄTEK | FRIDAY  
14:00 - 20:00

SOBOTA | SATURDAY  
10:00 - 20:30

# BIURO ZAWODÓW

## GODZINY OTWARCIA

25 kwietnia 2025, piątek 14:00 - 20:00

26 kwietnia 2025, sobota 10:00 - 19:30

**W NIEDZIEŁĘ, 25 KWIETNIA, BIURO ZAWODÓW BĘDZIE ZAMKNIĘTE**

## Jak odebrać pakiet?

1. Na adres mailowy podany podczas rejestracji został wysłany e-mail z kodem QR. Wejdź w link i następnie zapisz kod na swoim telefonie. Kod QR również będzie dostępny na Twoim koncie na portalu SlotMarket.pl.

*Jeżeli nie widzisz maila, sprawdź folder spam lub folder z reklamami.*

2. Pokaż w biurze zawodów kod QR oraz dokument tożsamości i odbierz pakiet.

## Nie możesz odebrać pakietu? Upoważnij inną osobę!

Osoba, która pojawi się w biurze zawodów w imieniu zawodnika będzie potrzebować: kod QR osoby zapisanej, ksero dowodu tożsamości (do wglądu) oraz upoważnienie do odbioru pakietu startowego.

### UPOWAŻNIENIE DO ODBIORU PAKIETU STARTOWEGO

W przypadku osób niepełnoletnich, które startują podczas PKO Gdynia 5K oraz Frugo Kids Run, pakiet może odebrać rodzic lub opiekun prawny na podstawie kodu QR lub osoba niepełnoletnia zobowiązana jest do przedstawienia zgody rodzica lub opiekuna prawnego podczas odbioru pakietu.

### ZGODA UDZIAŁ OSOBY NIEPEŁNOLETNIEJ - PKO Gdynia 5K

### ZGODA UDZIAŁ OSOBY NIEPEŁNOLETNIEJ - Frugo Kids Run



# BIURO ZAWODÓW - SZTAFETY

## Odbiór pakietu przez sztafety

Pakiet startowy może odebrać cała drużyna lub członek drużyny.

Abu odebrać pakiety, w biurze zawodów należy pokazać kod QR (każdej osoby zapisanej), dokument tożsamości oraz kserokopie dokumentu tożsamości (do wglądu), w przypadku nieobecności któregoś członka drużyny wraz z pisemnym upoważnieniem.

**UPOWAŻNIENIE DO ODBIORU PAKIETU STARTOWEGO**

## DEPOZYT

lokalizacja: Skwer Kościuszki, Gdynia

26 kwietnia 2025, sobota 19:00 - 00:00

27 kwietnia 2025, niedziela 7:30 - 10:30

Rzeczy do depozytu będą przyjmowane tylko w workach, które zostały wydane razem z pakietem startowym. Na worku, w wyznaczonym do tego miejscu, należy przykleić naklejkę z numerem startowym znajdującą się w pakiecie.



**PKO**  
GDYNIA  
PÓŁMARATON



# STREFA DLA KOBIET

PKO Gdynia Półmaraton stawia na kobiety! Specjalnie dla Pań tworzymy Strefę Kobiet na Skwerze Kościuszki – miejsce, gdzie komfort i wsparcie są priorytetem.

Wstęp do Strefy będą miały wyłącznie kobiety – chcemy, by każda z Was mogła poczuć się tu swobodnie, bezpiecznie i po prostu dobrze. W przestronnych szatniach zawisną lustra, a w specjalnie wyznaczonych punktach czekać będą środki higieny osobistej. Dedykowane tylko dla kobiet toalety rozpoznacie po różowym kolorze.

W Strefie znajdzie się także miejsce dla karmiących mam oraz przewijaków. Do dyspozycji będą również pieluszki.

PKO Gdynia Półmaraton to święto wszystkich biegaczek. Dołączcie do nas i poczujcie siłę kobiecej społeczności!



Rodzice, którzy w niedzielę zdecydują się na start w PKO Gdynia 5K, będą mogli zostawić swoje pociechy w Sportowej Przystani w Gdyni, przy ulicy Świętojańskiej 139.

Dla aktywnych rodziców przygotowaliśmy Bieg z wózkami powered by Thule podczas PKO Gdynia 5K. Możecie wystartować z własnym wózkiem biegowym dowolnej marki lub bezpłatnie wypożyczyć wózek Thule na stoisku podczas Fit Living Expo (liczba wózków ograniczona).

**ZRÓB REZERWACJĘ W SPROTWEJ PRYZYSTANI**





SPORTOWA  
PRZYSTAŃ

UWOLNIJ SWÓJ CZAS  
**NA BIEGANIE!**

**GODZINY OTWARCIA**

PONIEDZIAŁEK – PIĄTEK

**16:00 – 20:00**



**ADRES**

UL. ŚWIĘTOJAŃSKA 139

GDYNIA





**PKO**  
**GDYNIA**  
**PÓŁMARATON**

**26.04.2025**





Sea Towers



Dar Pomorza i ORP Blyskawica

START  
5 km

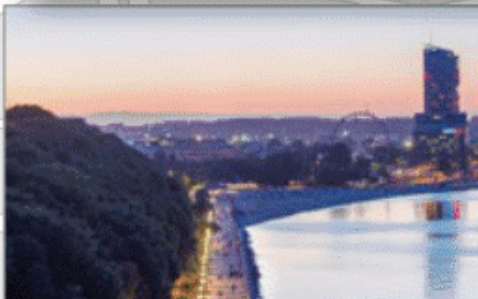
META



Muzeum Marynarki Wojennej



Skwer Kościuszki



Bulwar Nadmorski



**PKO**  
**GDYNIA 5K**

**27.04.2025**

# START

Zawodnik może zmienić strefę startową, ale tylko na wolniejszą! Przechodzenie z niższej strefy do wyższej jest zabronione, a każda taka zmiana będzie karana dodatkowymi 3 minutami dodanymi do wyniku końcowego.

Każdy zawodnik został przydzielony do strefy na podstawie deklarowanego czasu ukończenia biegu podanego w formularzu rejestracyjnym. Osoby rejestrujące się po 27 marca są przydzielone do ostatniej strefy startowej.

Na numerze startowym zawodnika znajduje się informacja o strefie startowej, do której został przydzielony.

## Strefy startowe - PKO Gdynia Półmaraton

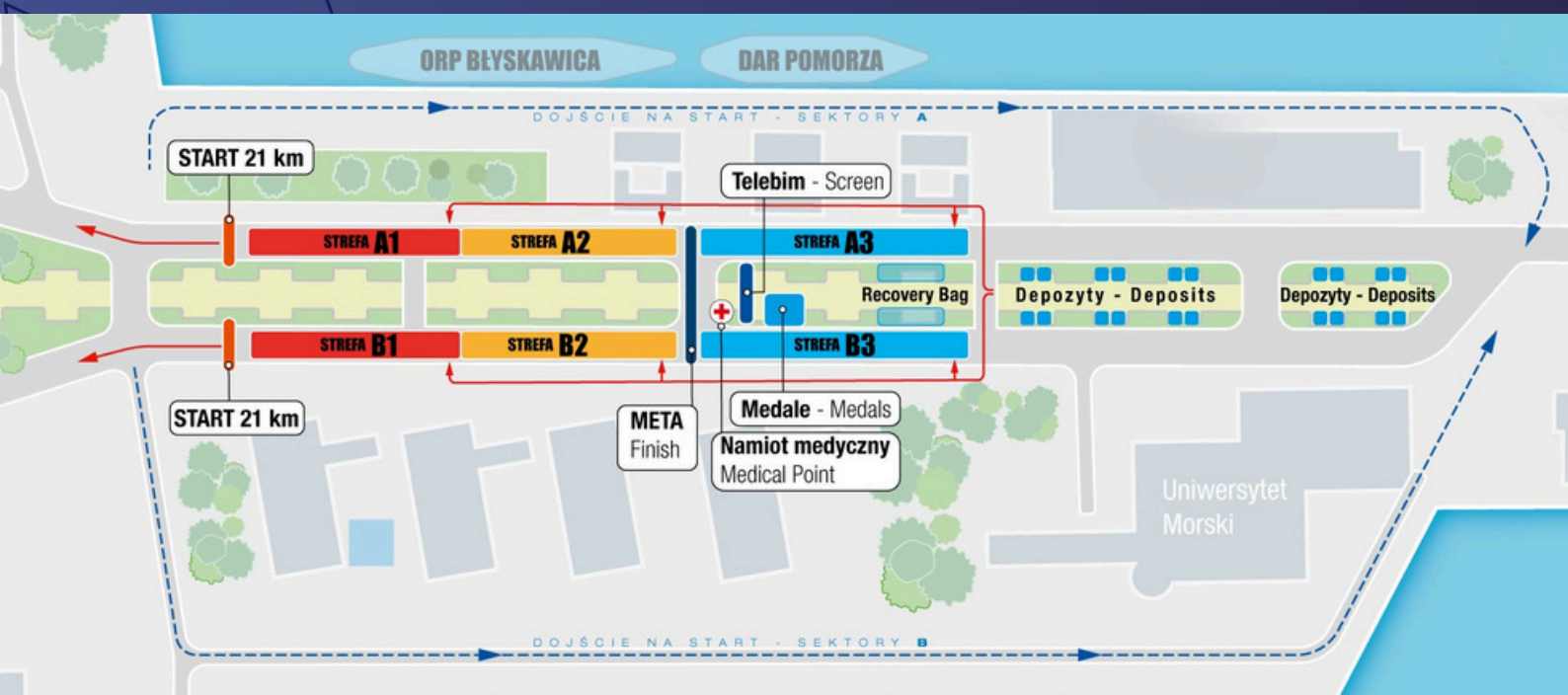
- A1 - do 01:39:59 + sztafety
- B1 - od 01:40:00 do 01:49:59
- A2 - od 01:50:00 do 01:59:59
- B2 - od 02:00:00 do 02:04:59
- A3 - od 02:05:00 do 02:34:59
- B3 - od 02:35:00 + zapisani po 27 marca

Wejścia do stref zostaną otwarte o godz. 20:00.



## PKO Gdynia 5K

Zawodnicy startujący na dystansie 5 km startują w jednej fali. Strefa startowa zostanie otwarta o 8:30.





# PACEMAKERZY

Podczas PKO Gdynia Półmaraton biegaczy poprowadzi 21 pacemakerów.

Pacemakerzy znajdować się będą w strefach, zgodnie z czasem na jaki prowadzą grupę.



Kamil  
Jeremicz

Czas 1:20



Jakub  
Najmowicz

Czas 1:25



Tomasz  
Szczykutowicz



Mateusz  
Antkowiak

Czas 1:30



Maciej  
Rutkowski



Maciej  
Esteban Łojko

Czas 1:35



Marcin  
Kluczyk

Czas 1:40



Mateusz  
Baumgart



Robert  
Gehrke

Czas 1:45



Dawid  
Lehmann



Marcin  
Śliwiński



Krzysztof  
Czarnowski

Czas 1:50



Paweł  
Podolak

Czas 1:55



Ewa  
Kulczyk



Aleksandra  
Wysocka

Czas 2:00



Cezary  
Kowal



Mariusz  
Jaskot



Daniel  
Penk

Czas 2:10



Marcin  
Wojtowicz

Czas 2:20



Adam  
Kocik



Darek  
Seleman

# PUNKTY ODŚWIEŻANIA

Na trasie półmaratonu będą znajdować się cztery punkty odświeżania (5km/11km/15km/18,5km).

Woda Cisowianka będzie wydawana w butelkach 0,3l natomiast napój izotoniczny 4MOVE w kubeczkach.



Strefy odświeżenia będą rozciągać się na długości 100 metrów. Prosimy o niezatrzymywanie się na ich początku. Przy każdej strefie umieszczony zostanie kosz na śmieci – zachęcamy do korzystania z nich i dbania o czystość.

grawer bus

[www.grawerbus.com](http://www.grawerbus.com)

884 911 777

[kontakt@grawerbus.com](mailto:kontakt@grawerbus.com)

## PRZYJDŹ PO BIEGU WYGRAWEROWAĆ SWÓJ MEDAL

uwiecznij swój występ  
i zapamiętaj ten mecz na zawsze!

### Twoje imię i nazwisko

Umieść swoje imię  
i nazwisko na medalu

### Twój czas

Umieść na medalu czas  
uzyskany w biegu



NOWOCZESNA  
TECHNOLOGIA



WYJĄTKOWA  
JAKOŚĆ



SZYBKĄ  
REALIZACJĄ



NAJLEPSZA  
OBSŁUGA



sportano.pl

# SKLEP SPORTOWY



HOKA



new balance

asics

CISOWIANKA  
NATURALNIE BOGATA  
W MINERAŁY



Z każdą kroplą bliżej celu. Cisowianka sport.

CISOWIANKA



# SZTAFETY

Drużyny będą miały do wspólnego pokonania dystans 21,0975 km. Grupowy udział w zawodach to doskonała okazja do oswojenia się z bieganiem dla debiutantów oraz idealny sposób na rozpoczęcie przygody ze sportem.

Dystanse, jakie pokonują członkowie sztafety, to:

- **I zawodnik (10 km):** start o godz. 20:30, na Skwerze Kościuszki ze strefy startowej A1.
- **II zawodnik (6,1 km):** start ze strefy zmian na 10 km trasy, ul. Władysława IV na wysokości przystanku kolejowego SKM Gdynia Wzgórze Św. Maksymiliana.
- **III zawodnik (5 km):** start ze strefy zmian na 16,1 km trasy, Al. Zwycięstwa, 100m za skrzyżowaniem z ul. Hallera

Zmiana zawodnika sztafety odbywa się poprzez klepienie ręki w wyznaczonych strefach.

## DEPOZYT DLA SZTAFET

- **I ZAWODNIK:** Pierwszy zawodnik pozostawia swój depozyt w busie depozytowym dla I zmiany, który znajdować się będzie tuż przy namiotach depozytowych na Skwerze Kościuszki. Depozyt należy pozostawić do godz. 20:00. Odbiór depozytu możliwy będzie w miejscu I zmiany (ul. Władysława IV)
- **II ZAWODNIK:** Drugi zawodnik pozostawia swój depozyt w busie depozytowym, który znajdować się będzie tuż przy strefie I zmiany (ul. Władysława IV). Odbiór depozytu będzie możliwy w miejscu II zmiany (Al. Zwycięstwa).
- **III ZAWODNIK:** Trzeci zawodnik pozostawia swój depozyt w busie depozytowym, który znajdować się będzie przy strefie II zmiany. Odbiór depozytu możliwy będzie w busie przy namiotach depozytowych na Skwerze Kościuszki.

Rzeczy do depozytu będą przyjmowane tylko w workach w których wydany został pakiet startowy. Na worku w wyznaczonym do tego miejscu, należy przykleić naklejkę z numerem startowym znajdującą się w pakiecie.

**ORGANIZATOR NIE ORGANIZUJE TRANSPORTÓW DO PUNKTÓW ZMIAN SZTAFET.**

# FRUGO KIDS RUN

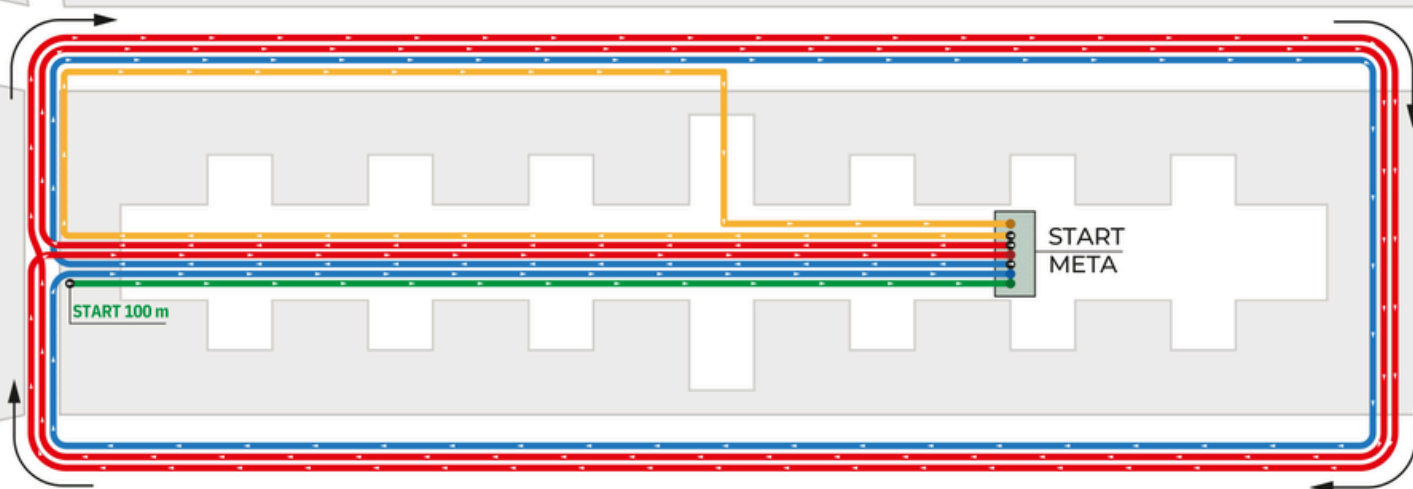
Niech dzieci również mają swoje 5 minut. 26 kwietnia, w samo południe, wystartuje Frugo Kids Run. Najmłodszy będą mogli rywalizować z rówieśnikami aby ukończyć bieg na mecie, gdzie kilka godzin później będą finiszować zawodnicy nocnego półmaratonu!

**Start: Skwer Kościuszki, 26 kwietnia 2025 roku o godzinie 12:00**

12:00 Roczniaki 2023 - 2021 - ok. 100 metrów  
12:15 Roczniaki 2020 - 2019 - ok. 300 metrów  
12:30 Roczniaki 2018 - 2017 - ok. 300 metrów  
12:45 Roczniaki 2016 - 2015 - ok. 600 metrów  
13:00 Roczniaki 2014 - 2013 - ok. 600 metrów  
13:15 Roczniaki 2012 - 2011 - ok. 1000 metrów

Zdobywcy miejsc I - III z każdej serii biegowej dziewcząt i chłopców otrzymają puchary.

Dekoracje Frugo Kids Run odbędzie się na mecie o godz. 13:45



Dziewczyny i chłopcy	2 - 4 lat:	100 metrów	(rocznik 2023 - 2021)
Dziewczyny i chłopcy	5 - 6 lat:	300 metrów	(rocznik 2020 - 2019)
Dziewczyny i chłopcy	7 - 8 lat:	300 metrów	(rocznik 2018 - 2017)
Dziewczyny i chłopcy	9 - 10 lat:	600 metrów	(rocznik 2016 - 2015)
Dziewczyny i chłopcy	11 - 12 lat:	600 metrów	(rocznik 2014 - 2013)
Dziewczyny i chłopcy	13 - 14 lat:	1000 metrów	(rocznik 2012 - 2011)



# DEKORACJE

## PKO GDYNIA PÓŁMARATON I SZTAFETY

Zdobywcy miejsc I - III z każdej kategorii otrzymują pamiątkową statuetkę. Dekoracja odbędzie się o 00:00 w namiocie biura zawodów.

- Kategoria OPEN kobiet i mężczyzn
- Kategoria wiekowa:
  - Kobiety i mężczyźni 18 - 29 lat
  - Kobiety i mężczyźni 30 - 39 lat
  - Kobiety i mężczyźni 40 - 49 lat
  - Kobiety i mężczyźni 50 - 59 lat
  - Kobiety i mężczyźni 60 - 69 lat
  - Kobiety i mężczyźni 70 lat i więcej
- Grand Prix Pomorza (kobiety i mężczyźni)
- Sztafety Męskie (złożona z samych mężczyzn w drużynie)
- Sztafety Żeńskie (złożona z samych kobiet w drużynie)
- Sztafeta (złożona z dwóch mężczyzn i jednej kobiety w drużynie lub dwóch kobiet i jednego mężczyzny)

O przynależności do kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.

Kategorie OPEN i wiekowa oraz Gran Prix Pomorza dublują się.

## PKO GDYNIA 5K

Zdobywcy miejsc I - III z każdej kategorii otrzymują pamiątkową statuetkę. Dekoracja odbędzie się o 00:00 w namiocie biura zawodów.

- Kategoria OPEN kobiet i mężczyzn
- Kategoria OPEN kobiet i mężczyzn w Nordic Walking



Kto powiedział, że meta ma oznaczać koniec zabawy? Biegaczy PKO Gdynia Półmaratonu zapraszamy Was na after party - między 21:00 a 2:00 w nocy.

Będzie coś do picia, będzie gdzie usiąść, będzie muzyka, a przy okazji udekorujemy najszybszych biegaczy! I co najważniejsze - będzie można po prostu wspólnie spędzić czas w gronie znajomych i podzielić się wrażeniami z biegu oraz wspólnie celebrować swoje sukcesy.

**GDZIE?**

**HALA BIURA ZAWODÓW**

**O KTÓREJ?**

**21:00 - 02:00**

**AFTER PARTY**

**WSTĘP WOLNY\***

\*NAPOJE I JEDZENIE WYDAWANE ZAWODNIKOM PKO GDYNIA PÓŁMARATON NA PODSTAWIE NUMERU STARTOWEGO



# BIEGOWE ŚNIADANIE

Bieg za Tobą, endorfiny buzują, a apetyt rośnie? Świetnie się składa! Po zakończeniu PKO Gdynia 5K zapraszamy Cię na wspólne śniadanie – startujemy o 9:30 i zostajemy do 11:00.

Czeka na Ciebie luźna atmosfera w gronie tych, którzy właśnie zrobili dokładnie to samo – przebiegli 5 kilometrów ulicami Gdyni.

Bez napinki – po prostu chwila, żeby złapać oddech, pogadać, pośmiać się i nacieszyć tym, co już udało się osiągnąć. Wpadaj!

**GDZIE?**

**O KTÓREJ?**

**HALA BIURA ZAWODÓW**

**9:30 - 11:00**

**WSTĘP WOLNY\***



# PUNKTY KIBICOWANIA

PKO Gdynia Półmaraton to nie tylko biegi na dystansie półmaratonu, 5 km czy biegi dla dzieci. W ramach wydarzenia przygotowaliśmy też szereg atrakcji, które urozmaicą kibicowanie i dodadzą energii biegaczom.

- **BĘBNIARZE** Rondo Ofiar Grudnia 1970 [LOKALIZACJA](#)
- **CHEERLEADERKI** Węzeł Macieja Brzeskiego [LOKALIZACJA](#)
- **PUNKT MUZYCZNY Z DJ'EM** al. Piłsudskiego przy Urzędzie Miasta [LOKALIZACJA](#)
- **PUNKT SPORTOWEJ PRZYSTANI** Sportowa Przystań  
ul. Świętojańska 139 [LOKALIZACJA](#)
- **PUNKT ŚWIETLNY: IMITACJA LATARNI MORSKIEJ** Bulwar Nadmorski - ok. 19 km [LOKALIZACJA](#)
- **POKAZY OGNIOWE** Pomnik Rybek, Bulwar Nadmorskim [LOKALIZACJA](#)
- **ALEJKA Z POCHODNIAMI** al. Topolowa [LOKALIZACJA](#)



# USŁUGI DODATKOWE

Grawerowanie medalu zostanie wykonane na podstawie numeru startowego. Do punktu grawerowania, znajdującego się w hali biura zawodów, należy zgłosić się z numerem startowym oraz medalem. Usługę można również dokupić na miejscu w punkcie grawerowania medalu.

Pakiet zdjęć zostanie przesłany w ciągu 5 dni roboczych po zakończeniu biegu, na adres mailowy podany podczas zakupu usługi. Wiadomości ze zdjęciami czasami wpadają do spamu lub folderu z reklamami. Zdjęcia można również zakupić na stronie [www.maratomania.pl](http://www.maratomania.pl) po wyścigu.

**ODKRYJ I POBIERZ SWOJE PAMIĄTKOWE  
ZDJĘCIA Z PÓŁMARATONU!**

 **MARATOMANIA**



1

**WEJDŹ NA  
MARATOMANIA.PL**

2

**WPISZ SWÓJ  
NUMER STARTOWY**

3

**ZACHOWAJ  
PROFESJONALNE  
ZDJĘCIA Z BIEGU**



# PARKING

1

Parking przy Polsat Plus  
Arena Gdynia  
LOKALIZACJA

2

Parking pod Parkiem  
Centralnym, wjazd od  
ulicy Partyzantów\*  
LOKALIZACJA

3

Parking pod placem  
Grunwaldzkim, wjazd od  
ulicy Wybickiego\*  
LOKALIZACJA  
*otwarty do godziny 23:59*

4

Parking podziemny przy  
Placu Unii, wjazd od ulicy  
Armii Krajowej\*  
LOKALIZACJA

5

Parking Centrum  
Handlowe Batory\*  
LOKALIZACJA

6

Parking przy Dalmorze,  
wjazd od ulicy  
Waszyngtona\*  
LOKALIZACJA

Mieszkańców Trójmiasta oraz okolic zachęcamy do korzystania z komunikacji miejskiej ZKM Gdynia i pociągów SKM.



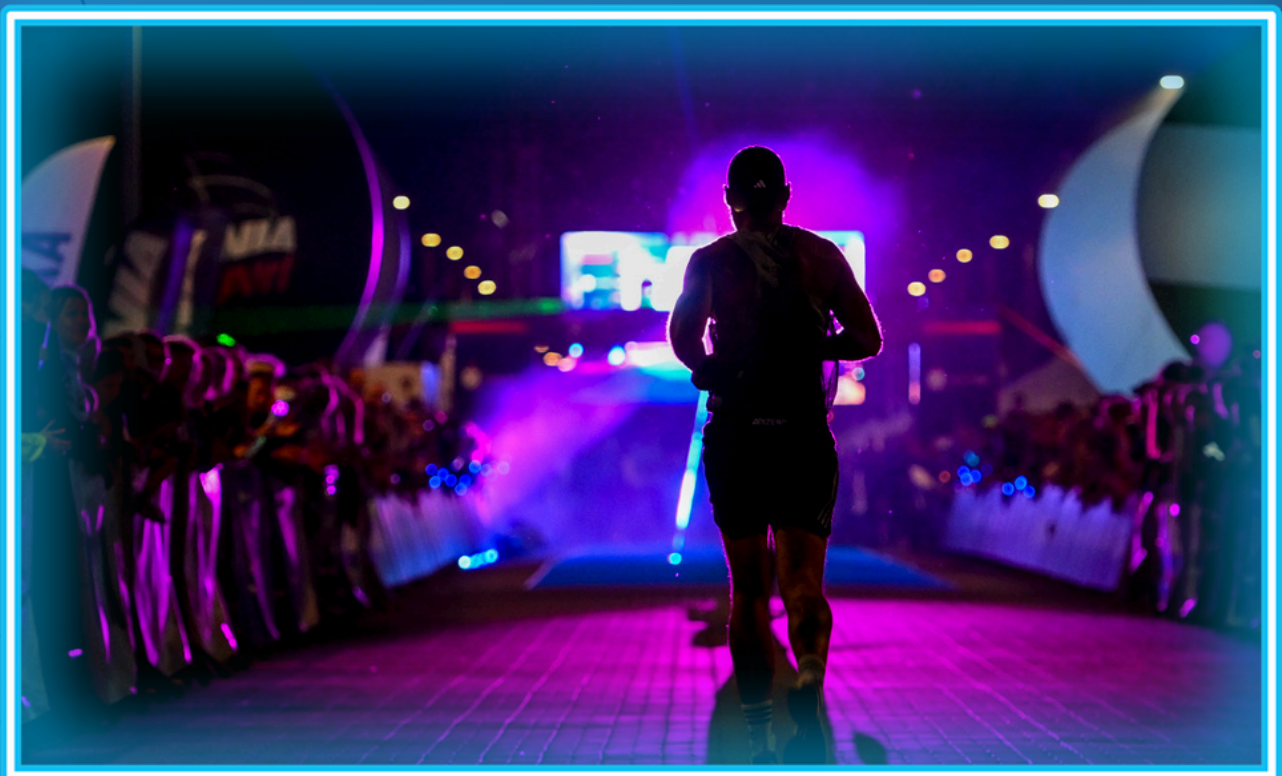
\*parking płatny



# PYTANIA

Jeżeli masz jeszcze jakieś pytania, sprawdź naszą stronę internetową [www.gdyniapolmaraton.pl](http://www.gdyniapolmaraton.pl) lub skontaktuj się z nami pisząc na adres: [biuro@gdyniapolmaraton.pl](mailto:biuro@gdyniapolmaraton.pl). Zaznaczamy jednak, że w tygodniu przed biegiem czas odpowiedzi może ulec wydłużeniu.

**Dziękujemy, że jesteś z nami!**  
**Do zobaczenia na mecie!**



SPONSOR TYTULARNY



Bank Polski

PARTNER STRATEGICZNY



SPONSORZY



Samochody  
Dostawcze

CISOWIANKA™

sportano.pl

THULE®  
SWEDEN

PATRONI MEDIALNI



ORGANIZATOR



Radio Gdańsk