

## Szczegóły dotyczące biegu Powstania Warszawskiego

**Już w następną sobotę – 23 lipca – odbędzie się XXVI Bieg Powstania Warszawskiego. Do grupy adwokackiej zapisało się 188 osób. Poniżej przedstawiamy szczegóły organizacyjne dla uczestników Biegu.**

Pakiety startowe będzie można odebrać w dniu Biegu Powstania Warszawskiego na stadionie Polonii, w strefie adwokata (strefa znajduje się w innym miejscu niż w latach ubiegłych – [zobacz mapkę](#)) w godzinach 18.00-19.45.

Istnieje możliwość wcześniejszego odbioru pakietu, biurze NRA, w dniach 20-21 lipca, w godzinach od 9.00 do 15.00 (ul. Świętojerska 16, pokój biura prasowego). Jeśli ktoś z Państwa chciałby odebrać pakiet w imieniu innej osoby, to prosimy o przyniesienie podpisanej deklaracji przez danego uczestnika biegu. Pobierz deklarację: <http://aktywnawarszawa.waw.pl/bieg-powstania-warszawskiego/dokumenty>

Tradycyjnie grupa adwokacka będzie mogła przygotować się, a następnie odpocząć w „Strefie Adwokata”, gdzie na sportowców czekać będą napoje chłodzące i przekąski.

Grupę adwokacką poprowadzi adw. Andrzej Zwara, prezes NRA. Ze względu na to, że strefa adwokata jest miejscem wydzielonym dla osób zapisanych na bieg w grupie Adwokatura Polska osoby z zewnątrz nie będą wpuszczane chyba, że są to osoby towarzyszące biegaczom. W tym roku strefa ta będzie się znajdowała po prawej stronie parkingu znajdującego się przed głównym wejściem na dziedziniec stadionu. Na bramie przed wejściem do strefy będzie tabliczka z logotypem Adwokatury.

Na tę chwilę lista osób zapisanych w grupie adwokatów została już dopisana do ogólnej listy biegu, prowadzonej przez Warszawski Ośrodek Sportu i Rekreacji, jednak nazwiska osób dopisanych w późniejszym terminie powinni na niej widnieć najpóźniej w poniedziałek. Jeśli po tym terminie nazwiska nie będzie na liście, prosimy o kontakt.

W tym roku również start biegu jest w innym miejscu niż zazwyczaj. Każdy biegacz będzie miał dwie godziny na pokonanie trasy. [Zobacz trasę biegu.](#)

Plan wydarzenia:

18:00- 19:30- odbieranie pakietów

19:30- 20:15- przebieranie się, oddanie rzeczy do szatni, rozgrzewka

20:15- 20:25- przemówienie Prezesa Andrzeja Zwary

20:30- 20:40- przejście na linię startu

poczęstunek, możliwość przebrania się

wręczenie pucharu

23:30- przewidywany koniec imprezy

Start nastąpi w godzinach:

- od 20:55:00 do 20:57:00 – zawodnicy na wózkach
- od 21:00:00 do 21:04:30 – biegacze strefy I /ELITE zawodnicy z czasem życiowym poniżej 39:59/
- od 21:05:00 do 21:09:30 – biegacze strefy II / zawodnicy z czasem życiowym 40:00 – 44:59/
- od 21:10:00 do 21:14:30 – biegacze strefy III / zawodnicy z czasem życiowym 45:00 – 49:59/
- od 21:15:00 do 21:19:30 – biegacze strefy IV / zawodnicy z czasem życiowym 50:00 – 54:59/
- od 21:20:00 do 21:24:30 – biegacze strefy V / zawodnicy z czasem życiowym 55:00 – 59:59/
- od 21:25:00 do 21:29:30 – biegacze strefy VI / zawodnicy z czasem życiowym powyżej 60:00/

Pomiędzy tymi limitami czasowymi aparatura pomiaru czasu będzie nieaktywna.

Regulamin biegu: <http://aktywnawarszawa.waw.pl/bieg-powstania-warszawskiego/regulamin>

**Przypominamy również o konieczności dokonania wpłaty 61,50 złotych (jest to opłata wpisowa oraz koszt koszulki) na konto NRA: 78 1160 2202 0000 0000 6084 9149. W tytule prosimy wpisać: „Bieg Powstania Warszawskiego” i nazwiska osób, za które wpłacane są pieniądze. Aby otrzymać fakturę, prosimy o przesłanie danych na adres: [press@nra.pl](mailto:press@nra.pl)**