**Wielkimi krokami zbliża się Runmageddon Góry Sowie!**

**Prawdziwie górski event z 950 m przewyższeń! Właśnie taki będzie Runmageddon Góry Sowie, który już w weekend (23-24 lipca) odbędzie się w Bielawie. Na linii startu staną dzieci i osoby po 16 roku życia. Dla jednych najpopularniejszy w Polsce bieg z przeszkodami będzie niesamowitą przygodą a dla innych sportową rywalizacją na najdłuższych dystansach biegowych.**

Już od początku tygodnia organizator Runmageddonu przygotowuje trasy, by lada dzień postawić na nich przeszkody. Wytycza drogi, które w weekend przemierzy niespełna 3000 osób. - *Mamy tylko kilka dni, by wszystko przygotować. Dlatego od rana do wieczora nasi inżynierowie stawiają przeszkody, a szefowie trasy wytyczają biegowe dystanse. Jestem pewien, że trasy tutaj w Bielawie zapadną w pamięć naszym uczestnikom a do samego miasta i okolic będę chętnie wracać nie tylko wspomnieniami. Póki co odliczamy godziny do pierwszego startu a on odbędzie się już w sobotę o 7:00* - mówi Adam Ryszczyk, dyrektor eventu.

**Formuły i trasy**

W sobotę 23 lipca startujący pobiegną w wymagających formułach Hardcore i Ultra. Ci pierwsi pokonają Hardcore by Tarczyński 21 kilometrów oraz 950 metrów przewyższeń, a Ci drudzy zrobią to dwukrotnie tak, by dystans końcowy równy był ponad 42 kilometrom. Tego dnia zawodnicy wbiegną na szczyty Niedźwiadka (675 m n.p.m.), później nieco wyżej na Rymarz (913 m), by za chwile zbiegać w dół ku szczytom Żebrak (715 m), Kawnica (710 m) i Galica (677 m). Ich trasa pełna będzie zaskakujących zwrotów akcji, zbiegów i podbiegów, przeszkód naturalnych i oczywiście konstrukcji Runmageddonu. W niedziele, okazję do poznania smaku Runmageddonu będą miały osoby po 16 roku życia, chcące zmierzyć się z najczęściej wybieraną formułą Rekrut. Ich zadanie polegać będzie na pokonaniu 6 kilometrów i ponad 30 przeszkód. Startujący rozpoczną swój bieg przy Jeziorze Bielawskim, by za chwile skierować swoje kroki w stronę Leśnej Szkoły przy ulicy Korczaka, a następnie wbiec na wzgórza. Po osiągnięciu 11 przeszkody Kratownicy, będą powoli przemieszczać się w dół, by na koniec ochłodzić rozgrzane mięśnie w wodach jeziora.  24 lipca w sportowej przygodzie wezmą udział także dzieci, w wieku od 4 do 11 lat, które bawić będą się na kilometrowym dystansie ulokowanym przy jeziorze i plaży.

**Top 10 Przeszkód**

Hitem edycji w Bielawie jest nie tylko nowa lokalizacja, ale także nowa przeszkoda. 4-metrowa Rampa „Runmageddon X Marvel” po raz pierwszy stanie na runamgeddonowych trasach. A poza nią uczestnicy po 16 roku życia będą mogli sprawdzić się na takich konstrukcjach jak: Trawers, LowRig, Kołkonikov, Ufo, Oponeo a także dywan z Opon, Spacer z Pieskiem, Poznańskie Koziołki, zaś dzieci sprawdzą swoje siły, pokonując pętlę w worku, Równoważnię, Zasieki poziome, Porodówkę, Ściany pionowe.

**Widowisko dla kibiców**

Runmageddon to nie tylko świetny pomysł na weekend dla ludzi, którzy chcą wziąć w nim udział. To także doskonała propozycja dla osób, które chcą po prostu zobaczyć jaką fenomenalną siłą, sprawnością ale także niezłomnością charakteryzują się Runmageddończycy. -*Zapraszamy serdecznie każdego, kto chce zobaczyć na własne oczy o co chodzi w tym Runmageddonie i dlaczego on taki fajny. Może Ci nieprzekonani, których jest coraz mniej, zachęcą się po obejrzeniu naszych fantastycznych igrzysk i wystartują już na koniec sierpnia we Wrocławiu* - mówi Adam.

Organizator dla widzów i startujących przygotuje specjalne Miasteczko Kibica, gdzie będzie można odpocząć, zjeść coś smacznego i miło spędzić czas.

Informacje praktyczne:

Do udziału w Runmageddonie Bielawa najlepiej zapisać się poprzez stronę: <https://www.runmageddon.pl/imprezy/runmageddon-gory-sowie-bielawa-23-07-2022> . Zapisy online są możliwe do piątku 22 lipca do godziny 12:00. Podczas eventu będzie też okazja do zapisu osobistego.

**Harmonogram eventu**

**23.07.2022 | SOBOTA**

Ultra ELITE - 07:00, 07:10, 07:20   
Ultra – 07:30 – 07:50 (starty co 10 minut)  
Hardcore by Tarczyński ELITE - 08:00, 08:10 8:20  
Hardcore by Tarczyński – 08:30 – 12:00 (starty co 15 minut)

 24.07.2022 | NIEDZIELA

Rekrut ELITE - 08:20, 08:30, 8:50  
Rekrut – 09:00 – 11:30 (starty co 15 minut)  
Kids - 12:00 - 12:40 (starty co 20 minut)

Kontakt dla mediów:

Karina Cywińska  
PR Manager  
| mobile: +48 698 555 835  
[| karina.cywinska@runmageddon.pl](mailto:karina.cywinska@runmageddon.pl)  
[| www.runmageddon.pl](http://runmageddon.pl/)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Runmageddon****jest największym w Polsce cyklicznym biegiem przez przeszkody. Zmagania odbywają się w kilkunastu lokalizacjach rocznie. Specyfika tej formy aktywności polega przede wszystkim na dobrej zabawie, ale pozwala też sprawdzić siebie. Dzięki ogromnemu wysiłkowi fizycznemu i psychicznemu, w którym pokonuje się swoje słabości, a dopiero potem rywali, uczestnicy poznają swoje maksymalne możliwości. Mają oni do przebycia różne odcinki trasy z torami przeszkód – wspinają się, czołgają, brną w błocie, skaczą, a także mierzą z wodą oraz ogniem. Do wyboru dla osób po 16 r.ż. są cztery formuły – INTRO (3 km i 15+ przeszkód), REKRUT (6 km i 30+ przeszkód), CLASSIC (12 km i 50+ przeszkód) oraz HARDCORE (21 km i 70+ przeszkód). Dla dzieci 4-11 lat dedykowana jest formula KIDS, zaś dla młodzieży między 12- 15 rokiem życia - Junior. Od roku 2019 Runmageddon zaczął zapraszać do wzięcia udziału w sportowej przygodzie całe rodziny, tworząc Runmageddon Family.*