

7. KRAKOWSKI BIEG WALENTYNKOWY

INFORMATOR BIEGACZA

2019 Developer.pl



SPONSOR
GŁÓWNY



Wiarygodny Deweloper . pl

Plan godzinowy

Sobota, 11 lutego

16:00 - 20:00 Biuro Zawodów (Auditorium Maximum UJ,
ul. Krupnicza 33 w Krakowie)

Niedziela, 12 lutego

8:00 - 12:30 Biuro Zawodów (Auditorium Maximum UJ)

12:00 **Start Biegu Par**

13:00 **Start Biegu Do Wzięcia**

14:00 Ceremonia dekoracji w sali audytoryjnej

14:20 Rozstrzygnięcie konkursu na najlepsze
przebranie i konkursów w social media

14:30 Oficjalne zakończenie zawodów

Poradnik dla nowych uczestników

PRZED BIEGIEM

Odbiór pakietów

Pakiet startowy należy odebrać w Biurze Zawodów, które zlokalizowane jest w Auditorium Maximum UJ.

W pakiecie startowym znajdziecie: czapko-buff, numer startowy, gadżety od sponsorów, agrałki oraz opaski (dla osób biegnących w kategorii „par”).

Osoby, które zakupiły dodatkowe gadżety - koszulki, skarpetki lub worek będą je mogły odebrać przy odbiorze pakietu startowego przy specjalnym stanowisku.

Nowe zapisy

Wciąż można zapisać się na bieg. Zapraszamy do Biura Zawodów w godzinach jego pracy. Cena pojedynczego pakietu wynosi 120 zł. Prosimy o płatność gotówką odliczoną kwotą.

W Biurze Zawodów będzie możliwość dokupić też gadżety biegu - koszulki/skarpetki/worki bawełniane.

Depozyt

Dla uczestników biegu będą udostępnione szatnie oraz depozyt na terenie Biura Zawodów. W depozycie można przechować swoje rzeczy na czas biegu. Depozyt będzie czynny w niedzielę od 10:00 do 14:30.

Odbiór pakietu za innego uczestnika

Istnieje możliwość odbioru pakietu za innego uczestnika. Należy mieć przy sobie przy odbiorze pakietu podpisane upoważnienie do odbioru pakietu. Upoważnienie można pobrać [TUTAJ](#).

PO BIEGU

Medale

Na każdego uczestnika czekać będzie medal na mecie po ukończeniu biegu.

WZ-tki i napoje

Na mecie będzie czekał na Was punkt z wodą, po ciepłą herbatę zapraszamy do Biura Zawodów. Posiłek w postaci ciastka W-Z, ciepłej herbaty lub wody znajdziecie w Biurze Zawodów na 1 piętrze.

Ceremonia dekoracji

Zapraszamy na ceremonię dekoracji, która odbędzie się o godzinie 14:00.



DEDYKOWANA STOMATOLOGIA DOSKONAŁA

- ✓ bonding
- ✓ chirurgia stomatologiczna
- ✓ hollywood smile
- ✓ wybielanie
- ✓ leczenie kanałowe pod mikroskopem
- ✓ licówki
- ✓ implantologia
- ✓ implanty w 1 dzień
- ✓ wszystkie zęby na implantach
- ✓ korony pełnoceramiczne
- ✓ scaling, piaskowanie
- ✓ Rtg: punktowe, pantomograficzne, cefalometryczne, tomografia



dental
arts
studio

Nasz Zespół w służbie **Twojej** satysfakcji.

Uczestnicy 7. Krakowskiego Biegu Walentynkowego w pakiecie startowym znajdą zniżkę do wykorzystania w Dental Arts Studio



Dental Arts Studio powstało z myślą o wymagających pacjentach. Osobach, dla których liczy się to, jak świadczy się opiekę stomatologiczną. Bez pośpiechu. Z uwagą i starannością. Poznając zwyczaje i preferencje pacjenta. Dopasowując postępowanie terapeutyczne i zakres diagnostyki do zweryfikowanego zakresu potrzeb. Przekonasz się jak wiele zyskujesz, gdy decydujesz się na dedykowaną stomatologię.

Już dziś umów się na konsultację.
Z przyjemnością zapraszamy na spotkanie.

Miejsce dla wymagających.

Stawiamy Twoje potrzeby ponad mnożenie zabiegów i szybkie wizyty. Dbamy o efektywne wykorzystanie czasu. Nasza poczekalnia może być miejscem dla Ciebie, gdzie, mając do dyspozycji wiele ciekawych książek i magazynów, przy wybornej kawie, zrelaksujesz się, słuchając dobrej muzyki.

Więcej niż wizyta. Uważnie analizujemy każdy przypadek wymagający zabiegu. Profilaktykę traktujemy kompleksowo. Stosujemy zaawansowaną stomatologię prewencyjną.



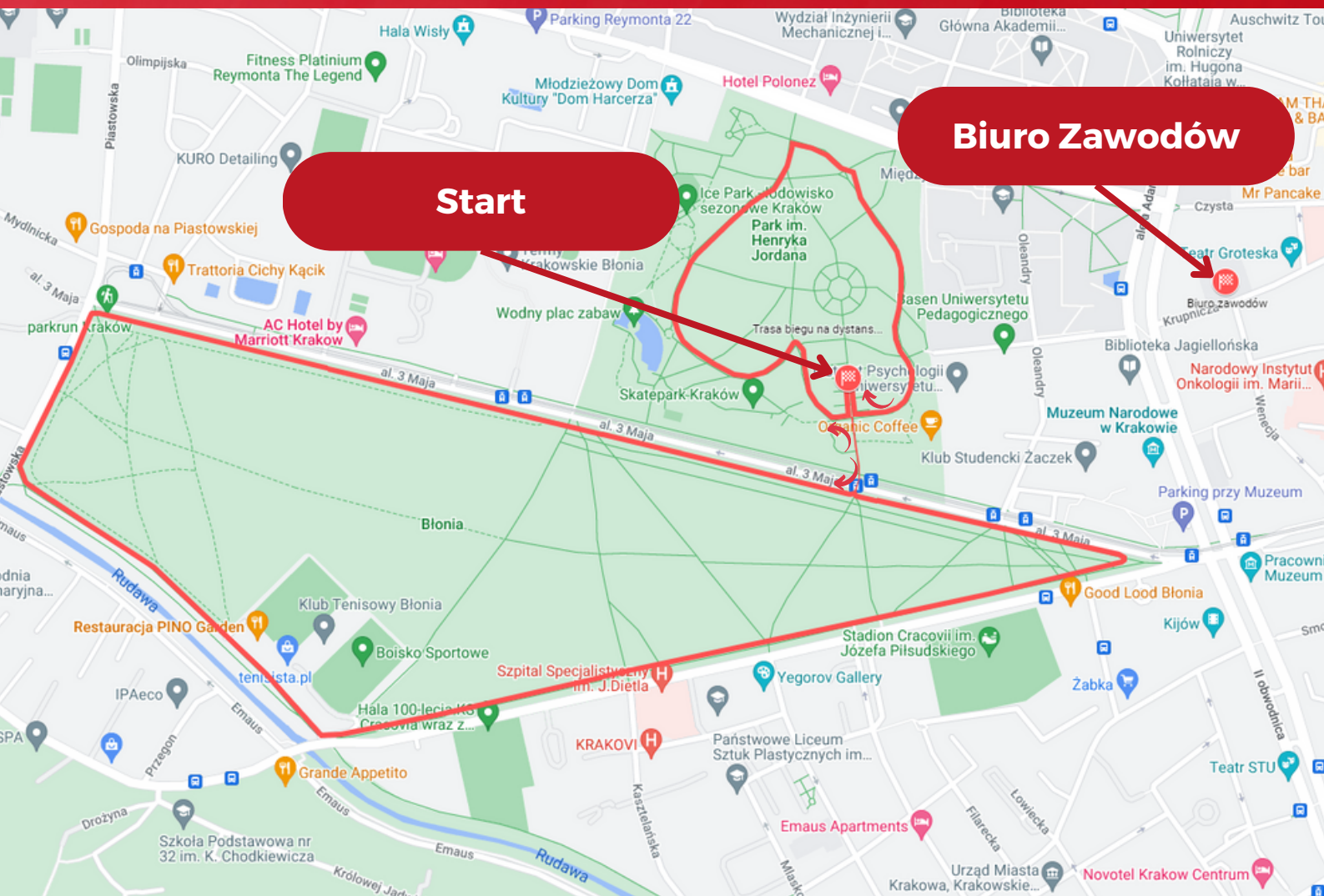
dental
arts
studio

KONTAKT:

Rejestracja:
t.: 508-502-802
ul. T. Szafrana 5A/U7
30-363 Kraków

rejestracja on-line na:
www.sztukastomatologii.pl

Trasa



NA BIEGU

Pomiar czasu

Organizator zapewnia pomiar czasu bezzwrotnymi numerami startowymi z chipami. Uczestnik jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu na koszulce lub pasie na numer startowy.

Bieg Par

Pary otrzymają w pakiecie specjalną opaskę, z którą mają przebiec cały dystans trzymając ją wspólnie.

Trasa

Trasa posiada atest PZLA. Po starcie wybiegamy z Parku Jordana, skręcamy w prawo na deptak na Błoniach i obiegamy Błonia. Następnie wbiegamy tym samym wejściem do Parku Jordana, skręcamy w lewo i biegniemy 'serduszkową' pętlę w Parku Jordana, ostatni zakręt w prawo i META.



Nagrody

BIEG DO WZIĘCIA

Nagrody dla 3 pierwszych kobiet i 3 pierwszych mężczyzn.

BIEG PAR

Nagrody dla 6 pierwszych par.
Nagrodzone zostaną też 3 pierwsze małżeństwa - nagrody się nie dublują.

NAJLEPSZE PRZEBRANIE

Osoby chcące wziąć udział w konkursie prosimy o zgłoszenie się w niedzielę do Biura Zawodów. Należy zgłosić się w pełnym przebraniu, zostanie zrobione zdjęcie na podstawie, którego będzie dokonywana ocena jury.

W konkursie zostanie nagrodzone 5 osób łącznie z obu biegów. Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi podczas Ceremonii dekoracji zwycięzców.

KONKURS WYTYPUJ WYNIK

W ramach biegu zostanie zorganizowany konkurs polegający na wytypowaniu czasu osoby, która zajmie 7. pozycję w Biegu Do Wzięcia. Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi na ceremonii dekoracji o 14:20.

W konkursie do wygrania sensor tętna Polar Verity Sense.



ORGANIZATOR



SPONSOR GŁÓWNY



Wiarygodny Deweloper . pl

SPONSOR TECHNOLOGICZNY

NOKIA

PARTNERZY



KRAKÓW
W FORMIE

SPONSORZY



KW
WADOWSCY



ZDROWY
PROJEKT



Projekt realizowany
przy wsparciu finansowym
Województwa Małopolskiego