

inter run

CRACOVIA 2011

III edycja biegu Cracovia INTERRUN 2010 odbyła się 6.06.2010 r. W biegu wzięło udział prawie 2000 uczestników w tym również znane osobistości ze świata kultury i mediów.

Na starcie stawili się m. in:

Wiceprezydent Miasta Krakowa

Elżbieta Łęcznarowicz

Dorota Idzi – lekkoatletka

Jerzy Federowicz – aktor, reżyser teatralny
i poeta,

Prof. dr hab. Andrzej Klimek - Rektor AWF

Jaś Mela – niepełnosprawny i najmłodszy
w historii zdobywca 2 biegunów

Brian Scott – redaktor Radia Kraków.



inter  **run**
CRACOVIA 2011
ROZBIEGAJMY CAŁY KRAKÓW

BIEG DLA KAŻDEGO!
START 29 MAJA 2011
KRAKÓW, RYNEK GŁÓWNY,
5 KM LUB 10 KM



BIEGANIE MNIE ROZPALA



ORGANIZATORZY:



PATRONAT HONOROWY:

Prezydent Miasta Krakowa Jacek Majchrowski

PRZEWODNICZĄCA KOMITETU

ORGANIZACYJNEGO:

Magdalena Sroka
Z-ca Prezydenta Miasta Krakowa



organizator:



partner sprzętowy:



woda bieżąca:



sponsor nagrody głównej:



partner medyczny:



przyjaciele:



patroni medialni:



PROGRAM IMPREZY:

9.00 – 15.00	biuro organizacyjne biegu
9.00 – 11.00	sprzedaż pakietów, odbiór chipów
11.00	bieg dla uczniów krakowskich szkół podstawowych
11.40	bieg dla przedszkolaków
11.45	rozgrzewka
12.00	start biegu
13.30	zakończenie biegu
13.00 – 15.00	rozdanie medali, wydawanie napojów i posiłków regeneracyjnych, imprezy towarzyszące: pokaz grupy gimnastycznej, pomiar stopy itp.





BIEG GŁÓWNY

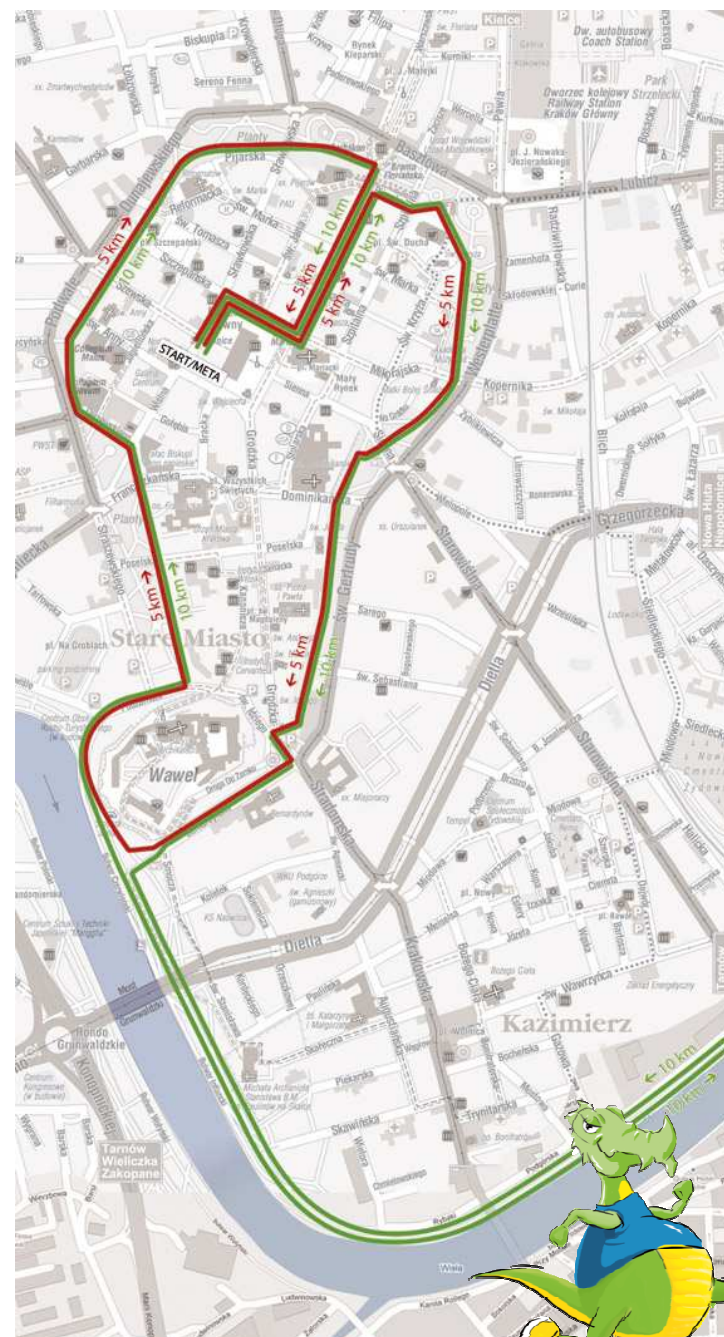
2 dystanse do wyboru:

5 km - czerwona linia

lub

10 km - zielona linia.

Start i meta biegu zlokalizowane będą na Rynku Głównym (obok skarbonki).





PAKIET STARTOWY ZAWIERA:

- koszulkę oddychającą do biegania Pro Touch
- nr startowy, agrałki
- worek na odzież
- broszurę
- bon: 30% na asortyment do biegania w INTERSPORT
- baton i napój energetyczny
- magazyn Runners World

CENA PAKIETU:

39,90 zł - od 28 kwietnia do 15 maja br

47,99 zł - od 16 maja do 29 maja br



SPRZEDAŻ PAKIETÓW odbywa się od 28 kwietnia br:

Rejestracja i sprzedaż pakietów startowych odbywa się na stoiskach INTERRUN znajdujących się w sklepach INTERSPORT w **Galerii Krakowskiej, CH Zakopianka, CHR Plaza** w Krakowie, w godzinach pracy centrów handlowych. Istnieje możliwość nabycia pakietów startowych w dniu biegu w biurze organizacyjnym biegu na Rynku Głównym.





POMIAR CZASU

- Osiągnięty przez uczestnika czas biegu zostanie zarejestrowany przez system elektronicznego pomiaru czasu, pod warunkiem prawidłowego przyłączenia numeru startowego do koszulki oraz prawidłowego przecięcia linii startu i mety.
- Na linii mety zostanie wykonane pamiątkowe zdjęcie.
- Uzyskany w biegu wynik oraz zdjęcie pamiątkowe będzie można obejrzeć na www.interrun.pl do 8 dni od daty biegu.



KONKURS DLA UCZESTNIKÓW BIEGU

Po ukończeniu biegu odbędzie się losowanie numerów startowych wszystkich uczestników, którzy wezmą udział w biegu.
Nagroda główna: samochód Volvo na miesiąc,
100 nagród pocieszenia: karty podarunkowe INTERSPORT, chusty Buff i inne.

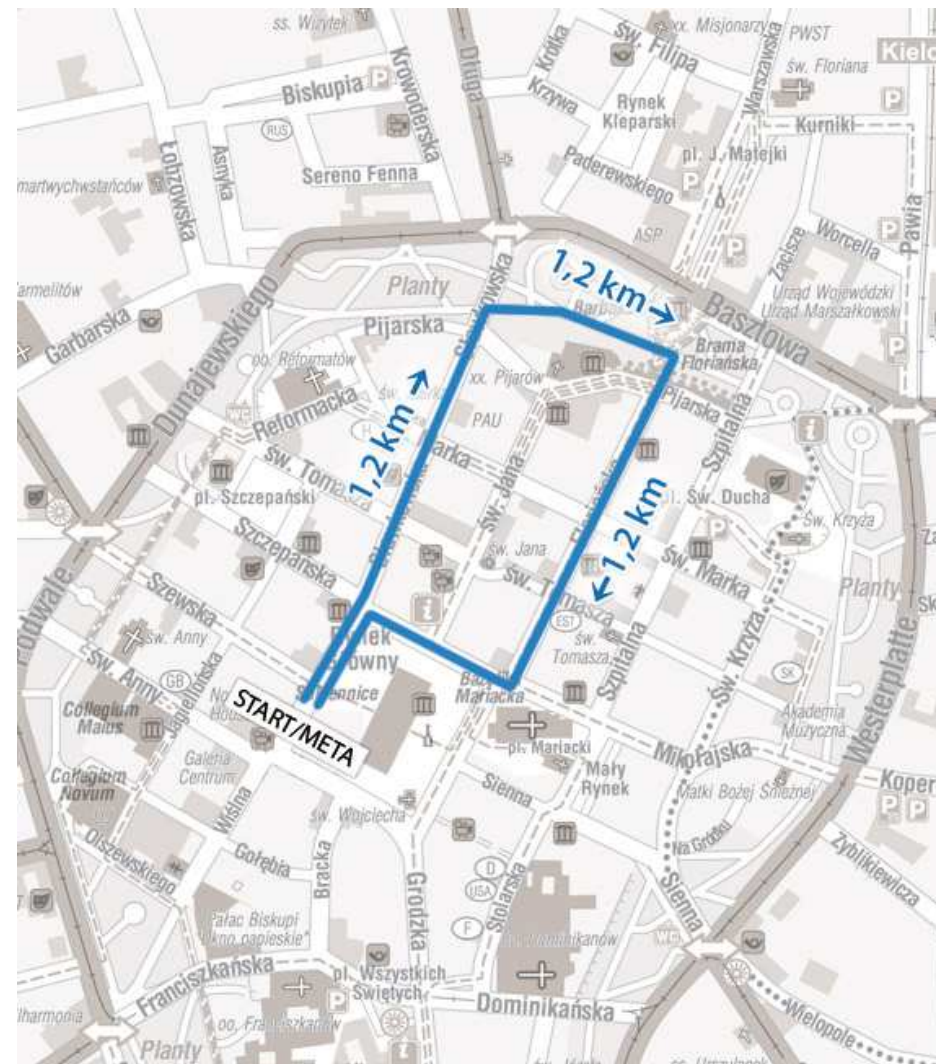
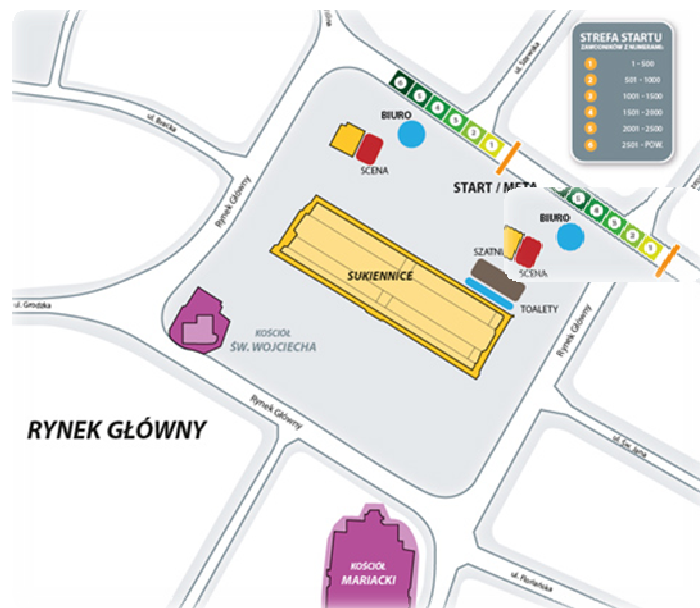
BIEG DLA UCZNIÓW SZKÓŁ PODSTAWOWYCH

dystans 1200 metrów – godz. 11.00.
Przewidujemy 2000 uczestników

BIEG DLA PRZEDSZKOLAKÓW

Dystans 100 m – godz. 11.40

Start i meta zlokalizowane będą na
Rynku Głównym

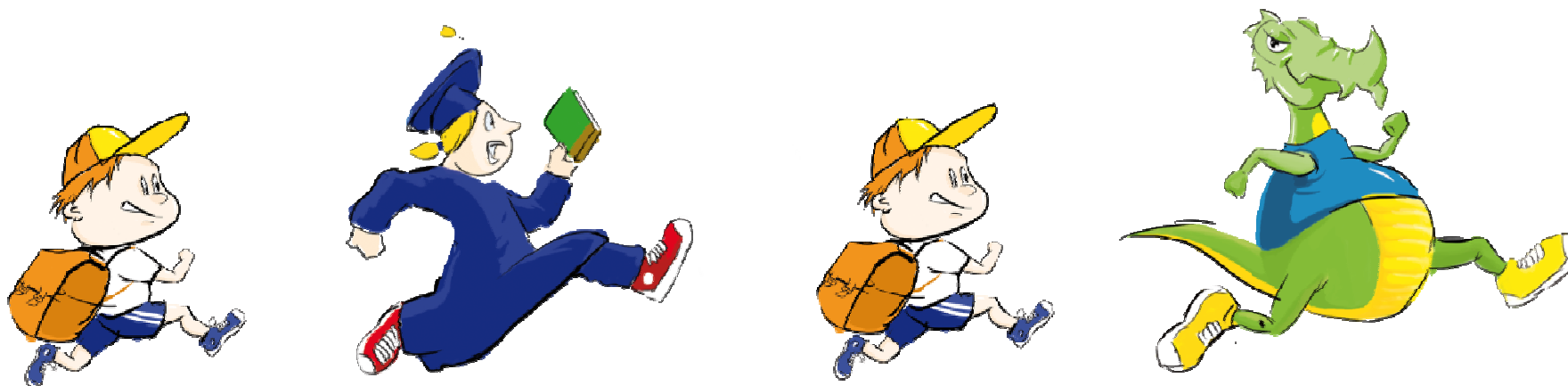


PROMOCJA BIEGANIA

„Trenuj z nami”

Już od 14 maja br w każdą sobotę odbędą się na Błoniach treningi przygotowujące do biegu CRACOVIA INTERRUN 2011 prowadzone przez grupę biegaczy z klubu AZS AWF Kraków MASTERS. Treningi biegowe prowadzone będą przez Dariusza Kaczmarek, maratończyka i trenera z zamiłowania. Zapraszamy wszystkich krakowian bez względu na stopień zaawansowania.

Zbiórka w każdą sobotę o godz. 11.00 na placu przed restauracją „Oranżeria Pergamin” przy ul. Focha 39-42, na przeciwko stadionu KS „Zwierzyniecki”. Zapraszamy!



PROMOCJA BIEGANIA

Badanie stopy

W dniu biegu będzie możliwość dokonania profesjonalnej analizy stopy biegacza przez wykwalifikowanych ekspertów biegowych. Badanie to oparte będzie na wykorzystaniu nagrania z kamery filmującej stopy biegacza w trakcie przetaczania się ich po podłożu.

Analogiczne stanowisko do badania stopy biegacza będzie czynne 21 i 28 maja br. na Błoniach w godzinach od 10.00 do 18.00. W tych dniach warto poszukać na Błoniach flagi INTERSPORT by zbadać bezpłatnie swoje stopy i odpowiednio później dobrać właściwe obuwie do biegania.



PROMOCJA BIEGANIA

INTERSPORT Twoim partnerem w bieganiu

- Od kwietnia w sieci INTERSPORT ruszyła kampania RUN RIGHT wspierająca „właściwe bieganie”. Zostało zorganizowane ogólnopolskie FOOT ID Tour /analiza stopy biegacza/;
- Tegoroczna oferta asortymentu do biegania zróżnicowana jest na kilku poziomach cenowych by spełnić oczekiwania biegaczy na różnym poziomie zaawansowania;





PROMOCJA BIEGU:

➤ 10.05 br. konferencja prasowa

START 4 maja br

- billboardy
- tramwaj, autobusy (panele informacyjne)
- prasa Gazeta Krakowska, branżowa Runner's World
- www.interrun.pl; portale i fora runningowe, Facebook
- broszura informująca o biegu
- wizualizacja w sklepach INTERSPORT
- plakaty B1 - 600 / 10 dni
- Emisja na LCD nad Teatrem Bagatela 1 miesiąc
- Wysyłka e-maili oraz SMS do bazy stałych klientów INTERSPORT i uczestników poprzednich edycji

inter run CRACOVIA 2011

Strona Główna Trasa Biegu Regulamin Formularz zgłoszeniowy

Zasady biegu O nas

ROZBIEGAJMY CAŁY KRAKÓW!

START - 29.05.2011, godz. 12:00
do startu pozostało:

dni:	godziny:	minuty:	sekundy:
19	11	13	10

DOŁĄCZ DO GRONA FANÓW INTERRUN

Cracovia INTERRUN 2011

29 maja 2011 roku INTERSPORT Polska SA po raz czwarty organizuje bieg rekreacyjny o nazwie Cracovia INTERRUN w ścisłym centrum Krakowa.

Bieg Cracovia INTERRUN jest biegiem którego start i meta znajduje się na Rynku Głównym. Ta wyjątkowa trasa biegu wynika ze wspólnej inicjatywy firmy INTERSPORT oraz Urzędu Miasta Krakowa.

Trasa ma odpowiednio 5 i 10 km. Są to niewielkie dystanse, z którymi każdy może się zmierzyć. Punkt startowy znajduje się w Rynku od strony ulicy Szwedów i św. Anny, następnie trasa prowadzi przez Placety, ul. Sarmwodyńska, Bulwary Widzane, Bramę Floriańską i kończy się w Rynku. Każdy sam wybiera długość dystansu.

"Zachęcam do wzięcia udziału w biegu, ponieważ bieganie jest najprostszym i najtańszym formą ruchu. Lekarze mówią, że trenując bieganie uszczelniamy przed zwiastem na własnych nogach. Cała moja rodzina wzięła udział w Interrun, mam nadzieję, że dołączy do nas jak największa grupa Krakowian" - mówi Artur Miłociński, prezes INTERSPORT Polska SA.

Co roku w biegu Cracovia INTERRUN udział bierze kilka tysięcy osób. Na mecie otrzyma pamiątkowy medal i posiłek regeneracyjny oraz zdjęcie pamiątkowe będzie można obejrzeć na mecie biegu.

Rejestracja i sprzedaż pakietów startowych rozpocznie się w Krakowie i Orlim Zakładzie, CHR Plaza i Galerii

Jacek Majchrowski
Prezydent Miasta Krakowa zaprasza

inter run CRACOVIA 2011

ROZBIEGAJMY CAŁY KRAKÓW

BIEG DLA KAŻDEGO!
START 29 MAJA 2011
KRAKÓW, RYNEK GŁÓWNY,
5 KM LUB 10 KM

BIEGANIE MNIE ROZPALA
szczegóły na www.interrun.pl

SPONSOR PRINCIPAL: INTERSPORT

SPONSOR PARTNER: ASICS

SPONSOR PARTNER: GAZETA KRAKOWSKA

SPONSOR PARTNER: TVP REGION

SPONSOR PARTNER: RUNNERS

SPONSOR PARTNER: WWW.ASICS.PL

inter run

CRACOVIA 2011

SPOTY TV



Spot 30 sekund – 100 autobusów/30 dni



Spot 30 sekund – Bagatela/30 dni



Spot 8 sekund – TVP 3 /30 dni

Naszą gazetę przygotowujemy we współpracy z **POLSKA THE TIMES**

GAZETA Krakowska



Tradycyjny rozgrzew przed niedzielnym krakowskim biegiem przeprowadził w niedzielę mistrz lekkoatletycznego sprintu, Marcin Urbaś

Serce rosło, gdy widziało się tłumy zadowolonych biegaczy

► W planie zawody z frekwencją do 10 tysięcy ludzi

► Dzieci Cracovia Interrun skorzysta OSIR przy Kolnej

Wojciech Batko

Na raz trzeci odbyły się w naszym mieście zawody Cracovia Interrun. I po raz trzeci nie zawiodła impreza. Wydarzenie odbyło się w sobotę 18 czerwca, a skłasyfikowanych zostało 10 tysięcy uczestników. Zawody w kategorii 5 kilometrów 1167 zawodników i zawodniczek natomiast na dystansie 8 kilometrów 207 zawodników i zawodniczek. Ponadto, około osiem tysięcy biegaczy Cracovia Interrun, ale nie zostało sklasyfikowanych.

Nie wiadomo, czy przez Internet Polska SA (główny organizator krakowskich zawodów), Artur Mikolajewicz, powiedział – Kiedy widzi się tak duże zainteresowanie, trudno jest powiedzieć, że impreza jest sukcesem. Wierzę więc, że w przyszłym roku będzie nam jeszcze więcej. Marzy nam się bowiem, aby impreza była jeszcze większa.

Marzy się nam, oczywiście z braku czasu. Frekwencja dochodziła nawet do dziesięciu tysięcy uczestników. Tu naprawdę jest nadzieja.

Sygnał do startu, wystrzał rakietowy, dął spójnie prezydent krakowski prof. Jerzy Machnowski i przedstawiciele Biura Organizacji Zawodów. Nie mogło zabraknąć naszego obywatela Królowskiego Sokoła, czyli wrocławskiego Sokoła, jak zwykle przyjeżdżającego do naszego miasta. Nie było również naszego najlepszego sprintera do niego dobiegającego. A i na jego dzień wyjazdowy był nasz najlepszy zawodnik, który obopólnie zawodów.

Sprawy rozwiązano wyprzedzając zawodników i zawodniczek na trasę. Po prostu, w odpowiedzi na pytanie, czy zawodnicy ruszali grupy po sobie, według numerów startowych przy zakupie pakietów startowych.

Wszystko nie zaczęło się, że trzeba się było wycofać. Zawodnicy przyjeżdżali bojem, a przyjeżdżali z naszego pakietu słowno i na odwołanie OSIR przy Kolnej, z naszego przyjeżdżali, a przyjeżdżali.

VIP-y też były

► W trzecim Cracovia Interrun nie zabrakło VIP-ów. Wystartowali: Elżbieta Lechniarz – wiceprezydent Krakowa, Izabela Pęczak – przewodnicząca Rady Miasta, Paweł Bystrowski – radny Andrzej Wilim – rektor AWF, Barbara Mikolajczyk – dyrektor Instytutu Sportu i Inicjatyw Społecznych, Marcin Urbaś – biegacz, drugi na świecie biały sprinter Mirosław, z czasem 20 sekund na 200 metrów, Dorota Ito – pięcioboistka, olimpijka, wicemistrzyni medalistka MS, Dorota Kaczmarek – znany maratończyk, Edward Słonecki – prezes WKS Wawel, olimpijczyk, Celina Sokolowska – dyrektor TS Wawel, Jerzy Fedorowicz – poseł, dyrektor Teatru Ludowego, Brian Scott – prezydent Rada Krakowa, Barbara Janik – dyrektor Biura ds. Euro, Artur Mikolajewicz, Sławomir Gil, Marek Ruchwał – zarząd Intersport Polska SA. (tekst)

Wystartowali! Jak na przykład poseł Jerzy Fedorowicz (w okularach) i radłowiec Brian Scott

Trzecia edycja Cracovia Interrun

Na trasie zawodów dominowała prawdziwie rodzinna atmosfera

► Od 4-miesięcznej Olińki Opach do pani Stefani Tyc

► Młodzi biegacze są przyszłością Cracovia Interrun

Wojciech Batko

Nie samym biegiem żyje człowiek. Stąd imprezy towarzyszą przy okazji niedzielnego, trzeciego już Cracovia Interrun.

Tak czas oczekiwania na start umiły biegaczem dziewczęta zespołu Chęć i Akcja i MOKiM, Linus Korczak oraz z grupy gimnastycznej PKŚ Jaruga. Ponadto gościnnie były adresem do grupy specjalistów break dance „Mistrzowie Bytów” zespołu z Wrocławia Główni Złoty oraz coverowego Present Perfect. No proszę, organizatorzy (in. Wydział Sportu i Inicjatyw Społecznych UMK) stanęli na wysokości zadania.

Jak już informowaliśmy zaraz po niedzielnych zawodach, rozpoczęła się impreza w wyjątkowo piękny dzień. Od najbardziej se starujących, 4-miesięcznej Olińki Opach, do najstarszej biegaczki, pani Be-

ty Tyc, urodzonej w Jarosławiu. Naturalnie miała Oleńka do siebie spala w wódeczku, który sprawnie schłodził ją w momencie, gdy została Korczakowa. Z kolei pani Stefania najbardziej cieszą się z tego, że w takich zawodach biegowych. Do tej pory tylko je oglądała. Nie mogła się doczekać, by w tym samym miejscu i do zobaczenia w przyszłym roku, a w szczególności Cracovia Interrun.

Z kolei znany maratończyk i animator czynnego spędzania wolnego czasu, Dariusz Kaczmarek, powiedział nam m.in.: – Trudno nie być zadowolonym z frekwencji. A jeszcze bardziej, kiedy widzi się tak dużo dzieci i młodzieży. Władza precesji, że czuje się szczęśliwym i radością. W przyszłości, kiedy już nie tylko zabiją własne rodziny, a powiększą swoje rodziny, uśmiechną się na sportową aktywność. Warto też wspomnieć o prawdziwie rodzinnej atmosferze na trasie zawodów. Wzajemnym dopingowaniu się i pomocy w krytycznych chwilach.

Na koniec, czas skronikarski naszego biegacza, przy pominięciu najlepszych czasów, choć nie o rekordy chodzi w Cracovia Interrun. Na bystanie 5 km było to 16:30 min, a na dystansie 8 km – 34:30 min.



W niedzielnym biegu najlepsze czasy nie były najważniejsze. Liczyły się wspólna zabawa i rekreacja z historią w tle



Humory dopływały wszystkim. Na wysokości zadania stała także aura, obserwując biegaczy słonecznymi promieniami

Piękny widok – biegacze na the Bramy Floriańskiej

BILLBOARDY

Jacek Majchrowski
Prezydent Miasta Krakowa zaprasza

inter  **run**
CRACOVIA 2011

BIEG DLA KAŻDEGO!
START 29 MAJA 2011
GODZ. 12.00

KRAKÓW, RYNEK GŁÓWNY, 5 KM LUB 10 KM



ASICS ZAPRASZA NA BIEG

Biegnij po szczegóły na www.interrun.pl i kup pakiet startowy w krakowskich sklepach INTERSPORT!

organizator:



partner sprzętowy:



woda biegu:



sponsor
głównej nagrody:



Wadowscy

partner medyczny:



przyjaciele:



patroni:



Do zobaczenia na starcie 29 maja 2011 r.



organizator:



partner sprzętowy:



woda bieżąca:



sponsor nagrody głównej:



partner medyczny:



przyjaciele:



patroni medialni:





INTER RUN

*Przemysław Wypasek
Project Manager*

*Mobile: 662 176 732, e-mail: przemyslaw.wypasek@intersport.pl
INTERSPORT Polska SA, Cholerzyn 382, 32-060 Liszki*