

Centrum Rozwoju Kultury Fizycznej AKWEN oraz Stowarzyszenie Biegaczy MENS SANA IN CORPORE SANO zaprasza na 8 już edycję znanego biegu terenowego w gminie Czerwonak.

To popularny w całej Wielkopolsce bieg przełajowy, którego trasa przebiega przez malownicze tereny Puszczy Zielonki, z oryginalną formułą startu – na dochodzenie (kolejni zawodnicy startują co 10 sekund).

Biegniemy tradycyjnie w ostatnią niedzielę czerwca, która w tym roku przypada 25 czerwca 2017. Limit uczestników to 200 osób.

Opłaty startowe

30 zł – do 24.05.2017

50 zł – od 25.05.2017 do końca zapisów lub wyczerpania miejsc

Każdy uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal oraz posiłek na mecie. Najlepsi w swoich kategoriach wiekowych otrzymają statuetki.

Nowość - Nordic Walking

VIII Cross Dziewicza Góra im. Januarego zostanie poprzedzony przez rekreacyjny marsz nordic walking: "Cross Walking". Trasa marszu jest dokładnie taka sama jak trasa biegu i liczy 12,8km po zróżnicowanym terenie. Opłata za udział wynosi 10 zł za osobę. Udział w marszu ma charakter rekreacyjny, a każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy znaczek oraz posiłek regeneracyjny na mecie.

Zgłoszenia

[Plus Timing](#)

Lista startowa

[Plus Timing](#)

 Dołącz do wydarzenia na Facebooku: [kliknij, aby przejść do wydarzenia](#)

 Zobacz filmy z poprzednich edycji: [YouTube](#)

Nie może Cię zabraknąć na starcie!

Jeśli nadal się wahasz, przejrzyj zdjęcia z zeszłego roku.



Załączniki

[Regulamin - bieg i marsz Cross 2017](#)

[Przekrój podłużny trasy](#)

[Trasa Cross_ - 2017](#)

[lista_startowa - bieg Cross](#)

[lista_startowa - Cross Walking](#)



VIII CROSS Dziewicza Góra

im. Januarego

25 czerwca 2017

Kapielisko AKWEN Tropicana w Owitiskach

BIEG PRZEŁAJOWY

Start: od 10:00

Trasa: 12,8 km

Wpisowe: 30 zł (do 24.06), 50 zł

(od 25.06 do 15.08 lub do wyczerpania limitu)

CROSS WALKING

marsz terenowy Nordic Walking

Start wspólny: 9:00

Trasa: 12,8 km

Wpisowe: 10 zł

Zapisy, regulamin, szczegóły: www.akwenczerwona.pl

Zapraszają:

