



stowarzyszenie
na tak

Bieg Na Tak

NIEZBĘDNIK ZAWODNIKA

BIEG NA TAK

Główną ideą przyświecającą imprezie „Bieg Na Tak” jest wspólna rywalizacja i aktywność sportowa bez względu na stopień sprawności uczestników.

W biegu startują dzieci, dorośli, amatorzy, sportowcy, osoby pełnosprawne i z niepełnosprawnościami.

**Bieg Na Tak udowadnia,
że możliwe jest zorganizowanie imprezy
sportowej, która nie wyklucza nikogo.**

stowarzyszenie
na tak



BIEG NA TAK

Kolejna, czternasta edycja Biegu Na Tak odbędzie się już **5 kwietnia 2025 roku**.

Ponownie impreza odbędzie się na terenie poznańskiej Malty, a uczestnicy będą mogli wystartować aż na sześciu dystansach.



MIEJSCE IMPREZY

Tegoroczna edycja Biegu Na Tak odbędzie się na **poznańskiej Malcie**.

Start i meta zawodów zlokalizowane będą przy mecie toru wioślarskiego, gdzie usytuowana będzie także strefa zawodnika oraz chillout zone i strefy warsztatowe.

Biuro Zawodów znajdować się będzie na terenie POSiR Malta, w budynku usytuowanym w trybunach Toru Regatowego.

<https://maps.app.goo.gl/MfSZhnCCWKT0aFNr9>

Wiankowa 3, 61-131 Poznań.



HARMONOGRAM

GODZINA	SOBOTA 05.04.2025 r.
	ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWYCH. <i>BIURO ZAWODÓW zlokalizowane w pomieszczeniu przy trybunach/ POSiR MALTA/ Tor Regatowy Malta, Wiankowa 3.</i>
9:30 – 12:30	<i>61-131 Poznań</i>
9:30 – 13:00	DEPOZYT ORAZ SZATNIE
10:00	OTWARCIE IMPREZY
10:10 – 10:45	BIEGI DLA DZIECI
11:00	ROZGRZEWKĄ ORAZ ODPRAWA TECHNICZNA – BIEG 1 KM
11:15	START BIEGU NA DYSTANSIE 1 KM
11:45	ROZGRZEWKĄ ORAZ ODPRAWA TECHNICZNA – BIEG GŁÓWNY (5 KM/ 5KM NORDIC WALKING/ 10 KM)
12:00	START BIEGU GŁÓWNEGO (5 KM/ 5KM NORDIC WALKING/ 10 KM)
13:30	WRĘCZENIE NAGRÓD dla wszystkich dystansów
14:00	ZAMKNIĘCIE ZAWODÓW

***odbiór pakietów możliwy również w piątek, w godz. 16:00 – 20:00.**



SPORT NIE WYKLUCZA
14 stowarzyszenie na tak **bieg na tak**
Poznań Malta 05.04.2025

GŁOS WIELKOPOLSKI
Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej
PATRONAT HONOROWY

Patronat Honorowy Prezydenta Miasta Poznania

TVP 3 POZNAŃ
K3
KOBETY WIDOK

NIVEA

ODBIÓR PAKIETU STARTOWEGO

Odbiór pakietu startowego odbywać się będzie poprzez pokazanie w Biurze Zawodów wygenerowanego, unikalnego kodu QR, który zostanie do Ciebie wysłany najpóźniej na 24h przed imprezą drogą e-mailową oraz sms-em.

Prosimy przygotuj go przed wejściem do Biura Zawodów i pokaż Wolontariuszowi.



Identyfikator uczestnika

NAZWA WYDARZENIA
Bieg Na Tak

ROZPOCZĘCIE 04.04.2025 ZAKOŃCZENIE 05.04.2025

IMIE I NAZWISKO
Jan Kowalski


KATEGORIA IDENTYFIKATORA
Bieg 10km (dwie pętle)



Twój kod QR na wydarzenie

EV SPORT Twój kod QR na wydarzenie!

Kod QR



Przygotuj kod przed podejściem do stanowiska obsługi

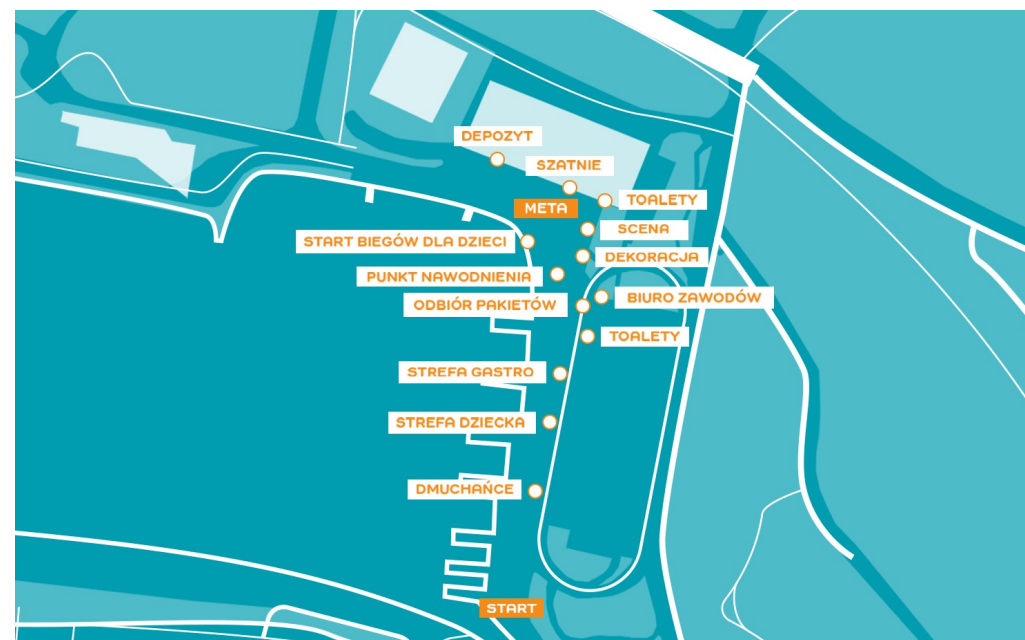
PARKINGI

Parkingi zlokalizowane wedle załączonej mapki orientacyjnej. Prosimy o przybycie przynajmniej 60 minut przed startem, aby ze spokojem dokonać odbioru pakietu startowego i przygotować się do startu.



ROZSTAWIENIE

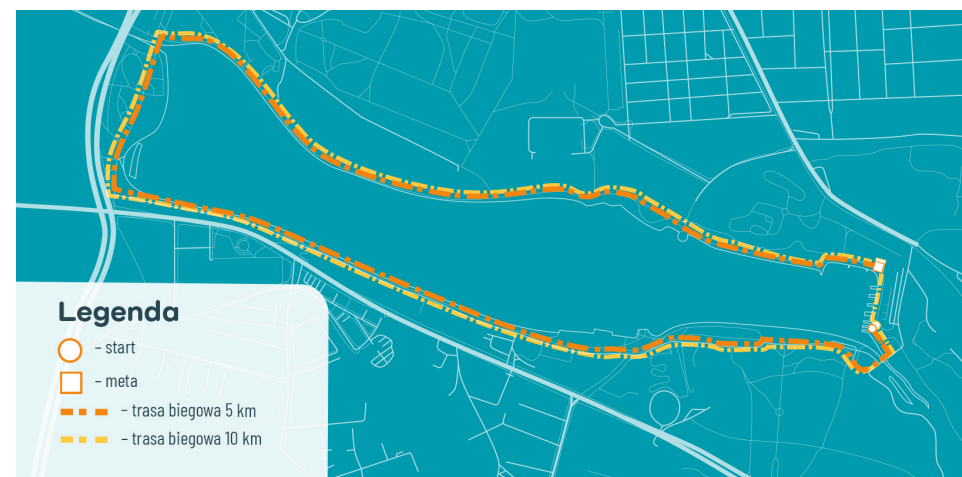
Rozstawienie wedle załączonej mapki orientacyjnej. Prosimy o przybycie przynajmniej 60 minut przed startem, aby ze spokojem dokonać odbioru pakietu startowego i przygotować się do startu.



TRASA

Tegoroczna edycja Biegu Na Tak odbędzie się na **poznańskiej Malcie**.

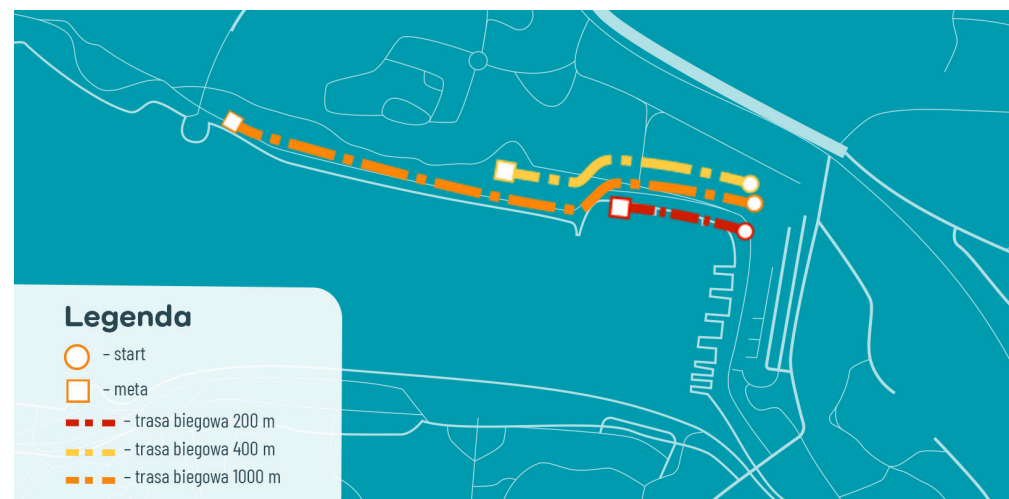
Wszyscy zawodnicy, niezależnie od wybranego dystansu, będą pokonywać trasę wzdłuż linii jeziora Maltańskiego.



TRASA

Tegoroczna edycja Biegu Na Tak odbędzie się na **poznańskiej Malcie**.

Przedstawiamy trasę biegów dla dzieci oraz biegu 1 km - **BIEG BEZ BARIER**



DYSTANSE

Dla uczestników biegu dostępne do wyboru będzie aż **7 różnych dystansów**:

- Bieg dla dzieci – **200m**
- Bieg dla dzieci – **400m**
- Bieg dla dzieci – **1000m**
- Bieg BEZ BARIER– **1000m**
- Nordic Walking – **5 km**
- Bieg – **5 km**
- Bieg – **10 km**



PAKIET STARTOWY

Każdy zarejestrowany uczestnik biegu **otrzyma pakiet startowy.**

Tegoroczny pakiet obejmować będzie:

- plecako-worek
- Bandamę
- Koszulkę (zakupiona w panelu rejestracyjnym)
- numer startowy
- chipa do profesjonalnego pomiaru czasu
- oraz inne materiały przekazane przez Partnerów biegu

The logo for 'stowarzyszenie na tak' is located in the top right corner of the teal frame, featuring a stylized fingerprint graphic and the text 'stowarzyszenie na tak' in white.

14 bieg na tak

000

A row of partner logos is located below the '000' text. From left to right, they are: Ministerstwo Sportu i Turystyki, Regionalny Program Operacyjny Wielkopolski, NIVEA, EKS WIELKOPOLSKI, K3, and NIVEA.A blue running shirt is shown at the bottom right, featuring the 'bieg na tak' logo and silhouettes of runners.

KOSZULKA PAMIĄTKOWA



MEDAL



W Biegu Na Tak każdy jest zwycięzcą, więc każdy na koniec otrzyma pamiątkowy medal, a najlepsi zawodnicy dodatkowo otrzymają puchary.

STREFA KIBICA

Na mecie Malty zorganizujemy strefę kibica, w której na wszystkich uczestników i kibiców czekać będzie mnóstwo atrakcji.

Będą to między innymi:

- strefa gastro
- strefa chillout
- strefa dziecka z dmuchańcami i warsztatami



STOWARZYSZENIE NA TAK

Stowarzyszenie Na Tak to jedno z największych i najprężniej działających stowarzyszeń dla osób z niepełnosprawnościami w regionie.

Głównym celem Stowarzyszenia jest **poprawa jakości życia osób z niepełnosprawnościami i ich bliskich**, a także wspieranie inicjatyw, które przyczyniają się do budowania społeczeństwa otwartego i przyjaznego wszystkim jego członkom.



PRZEKAŻ NAM 1,5% PODATKU!

Jak wiecie, jesteśmy w okresie rozliczeń podatkowych, dlatego chcemy Was zachęcić do prostego, ale bardzo ważnego gestu – przekazania 1,5% podatku na rzecz Stowarzyszenia Na Tak.

To szybkie i łatwe, a dla nas oznacza realne wsparcie.

Wystarczy, że wpisze w deklaracji podatkowej nasz KRS: 0000070098 lub skorzystanie z dedykowanych programów dostępnych na stronie www.badzmyntax.pl





stowarzyszenie
na tak

Zapraszamy do sportowej rywalizacji!

STOWARZYSZENIE NA TAK