

Trwają zapisy na XIII Międzynarodowy Bieg Górski Limanowa Forrest

16 luty 2024 r.

W pierwszą niedzielę lipca tradycyjnie odbędzie się kolejna, trzynasta już edycja biegu górskiego „Limanowa Forrest”.

W tym roku na uczestników biegu czekają dwie nowości:

– kategoria wiekowa „Super Weteran” dla osób w wieku 70 lat i starsi

oraz

– kategoria „Banku Spółdzielczego w Limanowej” dla najlepszych mieszkańców powiatu limanowskiego, z okazji Święta Spółdzielczości Bankowej.

Trasa biegu Limanowa Forrest prowadzi na „Miejską Górę” (716 m. n.p.m.), na której wznosi się Milenijny Krzyż – najwyższy stalowy krzyż w Polsce (2,5 x większy od tego na Giewoncie). Jest to trasa anglosaska o podłożu zróżnicowanym, przebiega po szlakach turystycznych, drogach leśnych, polnych, miejscami kamienistych i częściowo po asfalcie.

W biegu mogą brać udział zawodnicy zrzeszeni i niezrzeszeni, dzieci, dorośli, mundurowi (osobna klasyfikacja), cywile. Poza dyscypliną główną, czyli biegiem górskim, prowadzona jest osobno klasyfikacja w nordic walking (tylko generalna K i M).

Limit 2h na ukończenie, to „ukłon” w kierunku początkujących, całych rodzin i tych, którzy nie są pewni swych możliwości: pozwala wszystkim na pokonanie 7 km. trasy rekreacyjnie. Można całą trasę przejść, nie trzeba biec, ważne aby z uśmiechem przekroczyć linię mety.

Jest to jedyny bieg górski w Polsce (a może i na świecie), w którym biorą udział na jednej wytyczonej trasie – nie tylko zawodowcy i amatorzy górskiego biegania, ale i całe rodziny (Tatusiowie, Mamusie i ich Pocięchy).

Link do zapisów: https://chronotex.pl/opis-zawodow/?id_zawodow=1022

Regulamin: <https://www.forrest-limanowa.pl/pliki/regulaminy/regulamin-xiii-limanowa-forrest-2024.pdf>

Trasa:

<https://www.alltrails.com/pl-pl/explore/map/bieg-gorski-limanowa-forrest-1e669a6>

Serdecznie zapraszamy do stolicy Beskidu Wyspowego i zachęcamy Państwa do wystartowania z całymi rodzinami!

Organizatorem biegu jest Klub Sportowy Limanowa Forrest, a współorganizatorami: Urząd Miasta Limanowa, Międzynarodowe Stowarzyszenie Policji, Sekcja Polska – Region IPA Limanowa i Bank Spółdzielczy w Limanowej.

Wydarzenie odbywa się przy współpracy z: Grupą Podhalańską GOPR – Sekcja Operacyjna Limanowa, Komendą Powiatową Policji w Limanowej, OSP Limanowa oraz Grupą Strzelecką „Strzelec”.

**XIII Limanowa
FORRESTER**

**MIĘDZYNARODOWY 2024
BIEG GÓRSKI ANGLOSASKI**

DZIEŃ SPÓDZIELCZOŚCI BANKOWEJ

**XII OTWARTE MISTRZOSTWA
SZKOL MUNDUROWYCH W BIEGU GÓRSKIM**

7 lipca 2024

Organizator:  **Limanowa Forrester**

Współorganizatorzy:  **Miasto Limanowa**  **BANK SPÓDZIELCZY
W LIMANOWIEJ**  **Międzynarodowe Stowarzyszenie
Kultury Fizycznej Regionu Małopolski**

źr. UM Limanowa