

W Nadleśnictwie Pułtusk znajduje się ponad 20 tys. ha lasów. Zróżnicowane drzewostany i szata roślinna oraz wiele gatunków zwierząt i ptaków przyciągają biegaczy, którzy licznie eksplorują pułtuskie ścieżki leśne.

Bieganie po lesie jest nie tylko przyjemniejsze, ale też zdrowsze. Powietrze w lesie jest kilkadziesiąt razy czystsze niż w miastach, a olejki eteryczne wydzielane przez drzewa mają działanie bakteriobójcze i grzybobójcze. W dodatku żywa zieleń i panująca w lesie cisza działają na człowieka uspokajająco.

- DYSTANS 21 KM 97,5 M
- DLA OSÓB OD 18 ROKU ŻYCIA
- ZAWODNICY BIORĄCY UDZIAŁ W PÓŁMARATONIE POLONIJNYM BĘDĄ PODDANI WYRYWKOWEJ KONTROLI ANTYDOPINGOWEJ, ZGODNIE Z ZASADAMI POLSKIEJ AGENCJI ANTYDOPINGOWEJ. BADANIE ZLECONE ZAKŁADOWI BADAŃ ANTYDOPINGOWYCH.
- TRASA PRZEBIEGAĆ BĘDZIE PO ULICACH MIASTA OKOŁO 30% I TERENACH LEŚNYCH WOKÓŁ PUŁTUSKA OKOŁO 70% TRASY

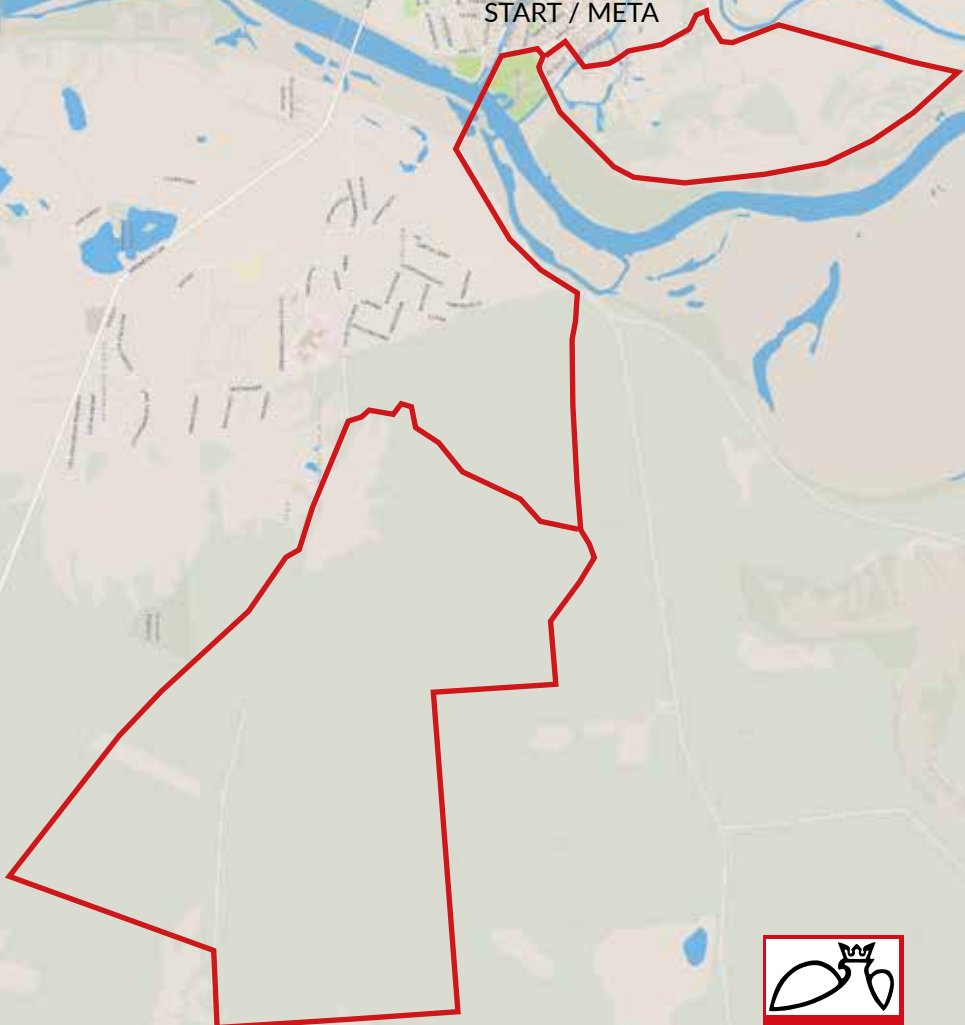


BIEG

PÓŁMARATON POLONIJNY

TRASA BIEGU

START / META



STOWARZYSZENIE
WSPÓLNOTA POLSKA



Ministerstwo
Sportu i Turystyki