

TORUŃSKA
TRIADA
100 LECIA

INFORMATOR



**RUN
TORUŃ
PLAZA**

**13. RUN TORUŃ
ZWIEDZAJ ZE ZDROWIEM!
12.05.2024
5 KM / 10 KM / BIEGI DLA DZIECI**

R U N - T O R U Ń . P L / T O R U Ń M A R A T O N . P L

ORGANIZATOR



SPONSORZY GŁÓWNI



Województwo
Kujawsko-Pomorskie



PARTNER MOTOZBIORCZY



PARTNERZY



PARTNER TECHNICZNY



DO *Plazy* Z APLIKACJĄ TWOJE CENTRUM



TORUŃ PLAZA SPONSOREM GŁÓWNYM TORUŃSKIEJ TRIADY STULECIA



W tym roku firma
obchodzi jubileusz
35-lecia działalności.
Przez ten czas
wprowadziła na rynek
ponad **30 tysięcy**
maszyn i urządzeń JCB!

FIRMY
INTERHANDLER

35
lat

DŁUGODYSTANSOWCY NA PLACU BUDOWY



www.interhandler.pl

Autoryzowany dealer JCB w Polsce

SOBOTA (11 maja 2024 roku)

- 16:00 – 17:30** Biegi dla Dzieci z Toruń PLAZA (wszystkie dystanse przy budynku galerii)
16:00 – 18:00 Dodatkowe animacje i atrakcje dla dzieci w Toruń PLAZA
17:30 – 19:00 Wieczorne zwiedzanie Starego Miasta z przewodnikiem turystycznym (miejsce zbiórki: Pomnik Mikołaja Kopernika)

NIEDZIELA (12 maja 2024 roku)

BIEG GŁÓWNY - 10 KM

- 09:00 – 10:30** Przekazywanie rzeczy do depozytu mobilnego (TIR Autoandreas) obok miejsca startu
10:40 – 10:50 Wspólna rozgrzewka z CityFit przed Toruń PLAZA
10:50 – 10:58 Otwarcie imprezy przy Toruń PLAZA (przemowy zaproszonych gości)
11:00 Start BIEGU GŁÓWNEGO 10 km (przy Toruń PLAZA, ul. Szosa Okrężna 1)
- ustawianie się biegaczy na starcie wg przydzielonych stref:
- Strefa czerwona: <= 40 minut
- Strefa żółta: 41-45 minut
- Strefa zielona: 46-50 minut
- Strefa pomarańczowa: 51-55 minut
- Strefa niebieska: > 55 minut
11:30 – 13:30 Odbiór rzeczy z depozytu mobilnego (TIR Autoandreas) przy LABA – Przystań Towarzyska

BIEG DLA KAŻDEGO - 5 KM

- 10:45 – 11:40** Przekazywanie rzeczy do depozytu mobilnego (TIR Autoandreas) obok miejsca startu
12:00 – 12:10 Wspólna rozgrzewka z CityFit przy bramie startowej
12:15 Start BIEGU DLA KAŻDEGO 5 km (przy Motoarenie Toruń, ul. Pera Jonssona 7)
- ustawianie się biegaczy na starcie wg przydzielonych stref:
- Strefa czerwona: <= 26 minut
- Strefa żółta: 27-31 minut
- Strefa zielona: > 31 minut
12:30 – 13:30 Odbiór rzeczy z depozytu mobilnego (TIR Autoandreas) przy LABA – Przystań Towarzyska

STREFA METY

- 11:30 – 11:35** Pierwsi zawodnicy na mecie Biegu Głównego (10 km)
11:30 – 15:00 Strefa relaksu i regeneracji dostępna dla biegaczy w LABA – Przystań Towarzyska (ul. Popiełuszki 1A)
11:00 – 14:30 Atrakcje dla dzieci zapewnione przez animatorów z Decathlon, szkoły policealnej SKK oraz JCB Interhandler
12:15 – 13:45 Transport ze strefy startu na strefę mety (wynajętymi autobusami MZK) w godzinach: 12:15, 12:30, 12:45, 13:00, 13:15, 13:30, 13:45 - przy Przystani AZS na Bulwarze Filadelfijskim (ul. Popiełuszki 1A)
12:30 – 13:45 Dekoracja najszybszych biegaczy Biegu Głównego (10 km)
12:30 – 12:35 Pierwsi zawodnicy Biegu dla Każdego (5 km)
13:05 Zamknięcie trasy biegów
13:45 – 15:00 Dekoracja najszybszych biegaczy w Biegu dla Każdego (5 km)
15:00 Zakończenie 13. RUN TORUŃ PLAZA – Zwiedzaj ze Zdrowiem! 2024

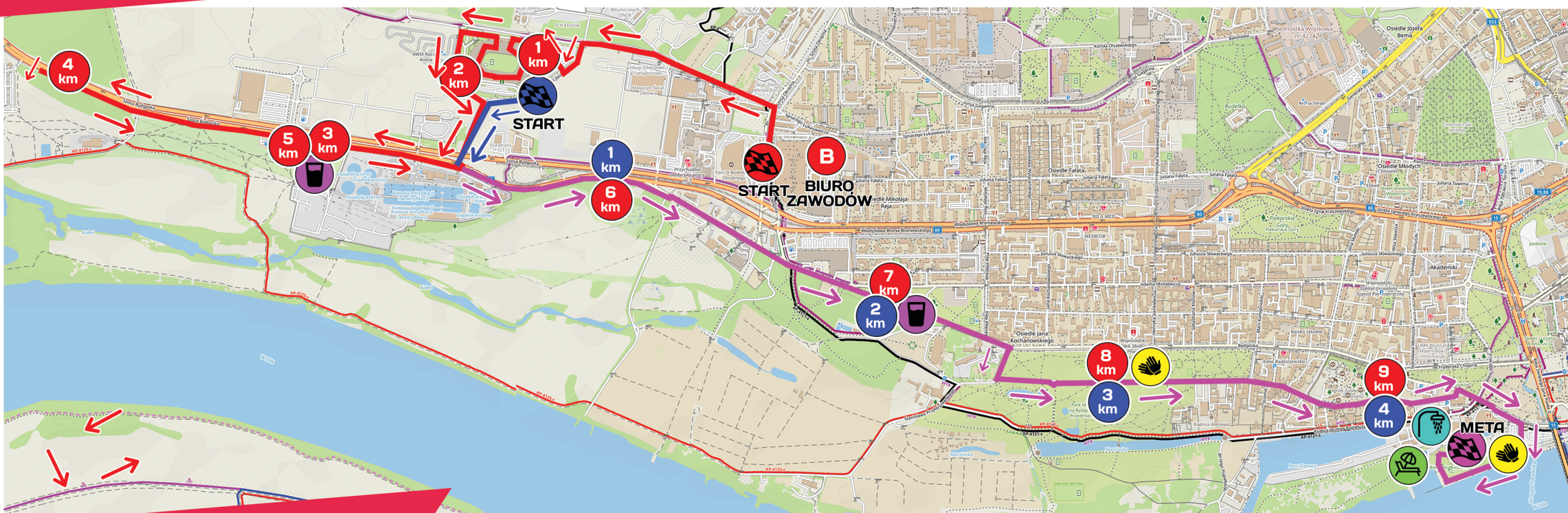
Trasy 13. RUN TORUŃ PLAZA - Zwiedzaj ze Zdrowiem! 2024

Trasy 5 km i 10 km posiadają atesty Polskiego Związku Lekkiej Atletyki



**RUN
TORUŃ
PLAZA**

TORUŃSKA
TRIADA
10 LECIA



LEGENDA

← KIERUNEK BIEGU 10 KM

← KIERUNEK BIEGU 5 KM

← WSPÓLNY KIERUNEK BIEGU

— TRASA BIEGU 10 KM

— TRASA BIEGU 5 KM

— WSPÓLNA TRASA



DYSTANS TRASY 10 KM



DYSTANS TRASY 5 KM



START BIEGU 10 KM



START BIEGU 5 KM



META WSPÓLNA



BIURO ZAWODÓW



STREFA REGENERACJI - LABA



PUNKTY ODŻYWCZE



PRYSZNICE



PUNKTY KIBICOWANIA

WSPÓŁPRACA Z HENDRICKSON NABRAŁA ROZPĘDU!

H HENDRICKSON

The World Rides On Us™

Czy strzemiono kojarzy Ci się wyłącznie z jazdą konną? Jeśli nie, to jesteś na właściwym tropie. Hendrickson Poland Sp. z o.o. to europejski lider w produkcji strzemion do samochodów ciężarowych, który od wielu lat wspiera inicjatywy sportowe naszego Stowarzyszenia.

W tym roku nasza współpraca nabiera jeszcze większego tempa. Nasz Sponsor nie tylko kibicuje wszystkim uczestnikom TRIADY 100-lecia, ale także wzbogaci nasze biegowe wydarzenia o dodatkowe inicjatywy, które stopniowo będziemy ujawniać.



Zajmujemy

1

miejsce
w sektorze
strzemion
w Europie

Działamy
ponad

30

lat w branży

Eksportujemy

95%

naszych
produktów

Zatrudniamy
prawie

200

pracowników

CZY WIESZ ŻE:

- i** Tylko 12 strzemion w zawieszaniu utrzyma na zakręcie 24 tonową rozpędzoną do 100 km/h ciężarówkę.
- i** Grubość powłoki antykorozyjnej jest 50 razy cieńsza od włosa
- i** Kiedy Ty pijesz 1 kawę, my produkujemy 540 strzemion

Kiedy Ty
pijesz



my robimy
540



TO NASZA CODZIENNOŚĆ. DO BIEGU, GOTOWI! HENDRICKSON!

Hendrickson Poland Sp. z o.o.



Ul. Na Zapleczu 25
87-100 Toruń



Tel. 56 66 42 100



E-mail: torun-hpl@hendrickson-intl.com



STREFA METY I REGENERACJI

POMIARY ZDROWOTNE I MASAŻ



W strefie mety pod dedykowanymi namiotami na biegaczy będą czekały liczne stanowiska z pomiarami zdrowotnymi oraz z usługą masażu zapewnioną przez szkoły policealne **SKK i TEB Edukacja**. Przedstawiciele SKK zapewnią także dla dzieci takie atrakcje, jak bańki mydlane, malowanie twarzy, tatuaże, ćwiczenia z rysunku, pokazy młodzieży z liceum wojskowego.



ANIMACJE DLA DZIECI Z DECATHLON

Dla najmłodszych kibiców, animatorzy z Decathlon Polska przygotowali sportowe konkursy z atrakcyjnymi nagrodami. Stanowisko ze sportowymi animacjami będzie zlokalizowane w namiocie Decathlon w miasteczku biegowym, w strefie mety, w godzinach od 11:00 do 14:30.

GRAWEROWANIE MEDALI

Po przekroczeniu linii mety w biegach dla dzieci (sobota) i dla dorosłych (niedziela) będzie można skorzystać z usługi grawerowania medali. Stanowisko Grawpoint będzie czekało w miasteczku biegowym w sobotę podczas Biegów dla dzieci z Toruń PLAZA oraz w niedzielę na Bulwarze Filadelfijskim. Osoby, które opłaciły usługę grawerowania podczas rejestracji, będą mogły przekazać swój medal do grawerowania na podstawie okazania numeru startowego. Cena grawerunku w dniu imprezy wyniesie 30 zł (płatność kartą, gotówką, BLIK).



STREFA REGENERACJI W LABIE – PRZYSTANI TOWARZYSKIEJ

Na obszarze LABY na biegaczy będą czekać m.in. mobilne punkty gastronomiczne oraz strefy relaksu. **Na scenie od godz. 12:30 do 15:00 odbędą się dekoracje** najszybszych biegaczy i biegaczek w poszczególnych kategoriach na obu dystansach 13. RUN TORUŃ PLAZA – Zwiedzaj ze Zdrowiem! 2024.

Odkrywaj
sportowe wydarzenia
dzięki

Decathlon GO



 **DECATHLON**

OGROMNY MEDAL TRIADY 100-LECIA JUŻ NA CIEBIĘ CZEKA!

Medal to „serce imprezy biegowej”, dowód osiągniętego rezultatu sportowego, pamiątka na lata, dlatego bez wątpienia musi być wyjątkowy! **Medal październikowej edycji finałowej będzie miał, aż 15 cm długości!**



Cały projekt medalu tworzy logo TRIADY 100-lecia, które prezentuje jednocześnie liczbę 100 i znak nieskończoności. Motyw ten nawiązuje do upamiętnienia 100. rocznicy zorganizowania w Polsce pierwszego, najdłuższego biegu otwartego na dystansie 37,5 km, na trasie z miejscowości Płutowo do Torunia. Znak nieskończoności symbolizuje wieczność trwania maratonu toruńskiego w grodzie Kopernika. Po finale TRIADY 100-lecia i otrzymaniu ostatniej „medalowej perełki”, dwa pierwsze zdobycze będzie można włożyć w odpowiednie zagłębienia matrycy. Na odwrocie medalu nie zabraknie miejsc na grawerunki oraz zaprezentowane będą logotypy Sponsorów, bez których TRIADA 100-lecia nie mogłaby istnieć. **Medale dla uczestników biegów dla dzieci będą identyczne, jak dla dorosłych.**

MEDAL 5km 100-lecia z Decathlon

prezentuje PUCHAR „wychodzący z matrycy” (efekt 3D), który 100 lat temu otrzymał jego zwycięzca Edward Kwitowski.



MEDAL 13. RUN TORUŃ – Zwiedzaj ze Zdrowiem!

prezentuje „wychodzący z matrycy” (efekt 3D) Pomnik Mikołaja Kopernika, czyli miejsce, w którym znajdowała się meta historycznego maratonu.



MEDAL 41. TORUŃ MARATON

Matryca stanowi połączenie dwóch elementów – liczby 100 i symbolu znaku nieskończoności. Na jedynce od liczby 100 wskazany został rok 1924, czyli data pierwszego biegu maratońskiego w Polsce. Na całości medalu uwzględniona została nazwa całego cyklu: TORUŃSKA TRIADA 100-LECIA BIEGÓW MARATOŃSKICH W POLSCE 2024.



ODZIEŻ TRIADY 100-LECIA:

Do wyboru:

- Koszulka sportowa z rękawkiem (damska/męska) - 75 zł
- Koszulka na ramiączkach (damska/męska) - 75 zł
- Longsleeve (damski/męski) - 109 zł
- Half-zip (damski/męski) - 149 zł
- Czapka zimowa do biegania (unisex) - 45 zł

PARTNER TECHNICZNY





STREFY CZASOWE

PACEMAKERZY

5 KM



RADEK
25:00 MIN



PIOTR
25:00 MIN



JACEK
27:30 MIN



MARLENA
27:30 MIN



KRZYŚ
30:00 MIN

10 KM



KRZYŚ
47:30 MIN



SZYMON
52:30 MIN



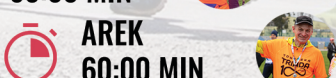
JUSTYNA
55:00 MIN



MAGDA
57:30 MIN



MARTA
60:00 MIN



AREK
60:00 MIN

