



LABOSPORT POLSKA || DOSTARCZAMY SPORTOWE EMOCJE

Zapraszamy do lektury wrześniowego wydania magazynu Labosfera, a znajdziecie w nim:

- zapowiedź cyklu Garmin MTB Series,
- podsumowanie zmagania podczas Elemental TRI Series w Białymstoku,
- krótki reportaż z GIT Płock,
- podsumowanie Castle Triathlon Malbork 2023.

Miłej lektury!
Labosport Polska

W TYM NUMERZE:

GARMIN MTB SERIES 2023

GARMIN IRON TRIATHLON PŁOCK 2023

ELEMENTAL TRI SERIES BIAŁYSTOK

CASTLE TRIATHLON MALBORK 2023

KALENDARZ IMPREZ LABOSPORT 2023

Z PASJI DO BIEGANIA I Z MIŁOŚCI DO GÓR

WYWIAD Z
BOGDANEM MAŁKOWSKIM -
PIĘCIOKROTNYM CHALLENGEREM 158K

labo[®]
SPORT

Bogdan Małkowski - Jaki jest? Czym się zajmuje?



Mieszkam na Opolszczyźnie w niewielkiej miejscowości Murów. Od ponad 30 lat pracuję w Elektrowni Opole. Moje pasje to majsterkowanie, jazda na rowerze, morsowanie no i oczywiście od 8 lat bieganie.

Jeśli chodzi o bieganie, to pojawiło się one w moim życiu niespodziewanie. W 2015 roku początkiem Nowego Roku postanowiłem sobie, że będę biegał i tak trwa nieprzerwanie do dnia dzisiejszego.

A do biegania góskiego skłonił mnie mój pierwszy górski bieg w Beskidach "BIEG O BREŃSKIE KIERPCE" w malowniczej miejscowości Brenna. Od tej pory wiedziałem, że to jest to, że bieganie po górach daje mi dużo radości i zadowolenia, tu w górach znajduję spokój, tu jest dużo czasu na medytację, zwłaszcza w biegach ULTRA, tu zawsze ładuje swoje akumulatory.

Wieloletnie doświadczenie w zawodach Garmin Ultra Race:

Jeśli chodzi o moje starty w **Garmin Ultra Race**, to pierwszy start odbył się w 2017 roku w Radkowie na dystansie 53 km. Góry Stołowe bardzo mnie urzekły swoją urodą i specyfiką, a zawody z cyklu GARMIN przyczyniły się do tego, że nie będzie to jedyny bieg z tego cyklu. W 2018 roku odbyła się w Radkowie pierwsza edycja Challenge, gdzie biegacze biegają 3 dni z rzędu po Górach Stołowych: 1 dzień dystans ok. 83 km, 2 dzień dystans ok. 53 km, 3 dzień dystans ok. 25 km. A na koniec nazwiska wszystkich osób, które pokonają w limicie challenge pojawią się na pamiątkowej tablicy na Radkowskiej Skale Chwały! Garmin Ultra Race na stałe zagościł w moim biegowym kalendarzu i **6 raz z rzędu** wezmę udział w challenge. Żeby jeszcze potwierdzić jak pięknie są to zawody biegowe Garmin Ultra Race, to w tym roku postanowiłem wziąć udział w całym cyklu: GUR Myślenice, które już się odbyły w maju i tam właśnie na dystansie 78 km udało mi się zdobyć 3 mc. w kategorii wiekowej, GUR Radków challenge (wrzesień), GUR Gdańsk (grudzień).

Z PASJI DO BIEGANIA I Z MIŁOŚCI DO GÓR

WYWIAD Z
BOGDANEM MAŁKOWSKIM -
PIĘCIOKROTNYM CHALLENGEREM 158K

labo[®]
SPORT

Biegi górskie często wymagają zarówno wysiłku fizycznego, jak i mentalnego. Jak przygotowuje się Pan do radzenia sobie z tymi wyzwaniami?

Przygotowania w moim przypadku trwają praktycznie cały czas, bo bieganie to nie tylko treningi biegowe, ale również ćwiczenia siłowe, rozciąganie, jazda na rowerze. Moim atrybutem do ćwiczeń jest zrobiona przeze mnie specjalna skakanka z liny alpinistycznej z metalowymi uchwytami. Ćwicząc na takiej skakance, ćwiczy się "całe ciało": skoczność, dynamika, rytm, kondycja, pracują praktycznie wszystkie mięśnie. Często z braku czasu biegam także do pracy (18 km w jedną stronę). Korzystam także z maszyny eliptycznej. Bardzo ważną rolę w bieganiu pełni "głowa", odpowiednie pozytywne nastawienie, wiara, że się uda to połowa sukcesu.

Czy może podzielić się Pan swoją najważniejszą radą dla początkujących biegaczy górskich?

Dla początkujących biegaczy proponowałbym aby przygodę z Górkim bieganiem rozpoczęli od krótszych dystansów, aby pamiętali o nawadnianiu się i zawsze wierzyli w swoje możliwości. Może też się zdarzyć, że nie uda się ukończyć biegu z różnych przyczyn i będzie DNF, wówczas nie zrażać się i wyciągnąć odpowiednie wnioski.



Jaka jest najbardziej wartościowa lekcja, którą wyniósł Pan z biegów górskich i w jaki sposób wpłynęła ona na Pana podejście do życia?

Najważniejsza lekcja, którą wyniosłem z biegów górskich to, że nie biec za wszelką cenę, gdy nastąpi słabszy moment w biegu, wówczas przejść w marsz, nawet się zatrzymać - najważniejsze zdrowie i życie. Moje motto biegowe: "Nie Biegam na czas" lecz "Mam czas na bieg" mimo to też mogą się przydarzyć dobre wyniki. Bieganie po górach, bieganie ultra daje dużo pozytywnej energii, działa pozytywnie na psychikę, jest dużo czasu na przemyślenia. Mimo ogromnego zmęczenia fizycznego po biegu do domu i do pracy zawsze wracam wypoczęty.

Dziękujemy za rozmowę!

GARMIN MTB SERIES 2023

MINIMUM ASFALTU MAKSYMUM FRAJDY!



TERMINARZ WYŚCIGÓW:

2023

30.09. GARMIN MTB SERIES GDAŃSK/TRÓJMIEJSKI PARK KRAJOBRAZOWY

07.10. GARMIN MTB SERIES ELBLĄG/BAŻANTARNIA

14.10. GARMIN MTB SERIES TOLKMICKO/KADYNY

DYSTANSE

GARMIN MTB SERIES 2023
MINI (OK. 25 KM) ORAZ MAXI (OK. 50 KM)

ZAWODY DLA DZIECI - GARMIN MTB SERIES JUNIOR
200 M, 600 M, 1000 M

ZAPISY: WWW.MTB SERIES.PL



GARMIN MTB SERIES 2023

GDAŃSK | ELBLĄG | TOLKMICKO

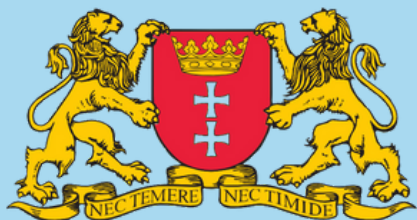
Cyklowi Garmin MTB Series 2023, jak co roku przewodzić będzie hasło: **“Minimum asfaltu, maksimum frajdy”**. Standardowo zawody rozegrają się na dwóch dystansach MINI (ok. 25 km) oraz MAXI (ok. 50 km).

Garmin MTB Series to cykl imprez organizowanych dla miłośników błota, pyłu, głębokiego piasku, dużych kamieni i stromych zjazdów. Od chwili powstania cieszy się niesłabnącą popularnością amatorów dwóch kółek. Wyznajemy zasadę: im mniej asfaltu tym lepsza zabawa! Pierwsza edycja Garmin MTB Series rozegrała się 2014 roku! Teraz przyszła pora na 10. jubileuszową edycję tych kultowych zawodów!



W tym roku pierwszy etap Garmin MTB Series 2023 rozegra się 30.09.2023 w Gdańsku.

Trasy Garmin MTB Series Gdańsk poprowadzone zostaną szlakami Trójmiejskiego Parku Krajobrazowego. Nadmorskie położenie i ponad tysiąc lat historii sprawiają, że Gdańsk jest wyrazisty, zdecydowany, o ugruntowanej pozycji na mapie Europy. Jednocześnie to miasto, które wciąż kryje w sobie wiele tajemnic i ma to „coś”, dzięki czemu nie można pomylić go z żadnym innym. Start zawodów odbędzie się z ul. Kościerskiej w Gdańsku (okolice ZOO). Potem czekają na Was odcinki o różnym stopniu trudności. Nie zabraknie oczywiście wymagających podjazdów, czy krętych ścieżek. Nie ma co ukrywać, Gdańsk jest jedną z Waszych ulubionych lokalizacji, gdzie można świetnie się pościgać!



GDAŃSK

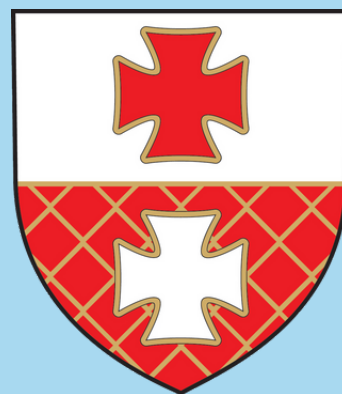


GARMIN MTB SERIES 2023

GDAŃSK | ELBLĄG | TOLKMICKO

Drugim przystankiem cyklu Garmin MTB Series w 2023 roku będzie Elbląg, w którym spotkamy się już 7 października.

Trasa elbląskiego etapu poprowadzona zostanie malowniczymi ścieżkami elbląskiej Bażantarni. Zawodnicy zmierzą się z wymagającą trasą. Bażantarnia przywita zawodników sporą ilością singli, mocnymi podjazdami i oczywiście szybkimi zjazdami (np. zjazd z Góry Chrobrego, z której można podziwiać piękną panoramę Elbląga). Kto tutaj już startował w poprzednich edycjach ten doskonale wie, jak bardzo różnorodna i niezwykle ciekawa jest ta trasa.





GARMIN MTB SERIES 2023

GDAŃSK | ELBLĄG | TOLKMICKO



Finałowym przystankiem kultowego cyklu będzie Gmina Tolkmicko, a cały start rozegra się w Kadynach! Zawody Garmin MTB Series Tolkmicko 2023 rozegrają się 7 października 2023.

Etap Tolkmicko/Kadyny to niezwykle i malownicze trasy Wysoczyzny Elbląskiej. Start znajdować się będzie w urokliwej, leżącej nad Zalewem Wiślanym miejscowości Kadyny. Ciekawostką jest to, że to właśnie tutaj na początku XX wieku swoją letnią rezydencję miał cesarz Wilhelm II. W byłej rezydencji znajduje się piękny obiekt hotelowy Kadyny Folwark Hotel&Spa z kompleksem stajni. Tutaj znajduje się również jedno z najstarszych drzew w Polsce – Dąb Bażyńskiego. Trasa etapu prowadzić będzie wymagającymi ścieżkami znajdującymi się w Lasach Kadyńskim, m.in. przed Dolinę Grabianki, Białą Drogę oraz Czarną Drogę. Jedno jest pewne! Nie zabraknie pięknych widoków, wymagających podjazdów oraz technicznych zjazdów.



KLASYFIKACJA GENERALNA

Zawodnicy, którzy ukończą wszystkie 3 imprezy w ramach cyklu na danym dystansie, wezmą udział w końcowej klasyfikacji generalnej cyklu Garmin MTB Series 2023. Ponadto będą mogli wziąć udział w konkursie, w którym do wygrania będzie rower **CANNONDALE TRAIL 29 SE2 rozmiar M EMR!**

ZAWODY DLA DZIECI

We wszystkich trzech lokalizacjach odbędą się również zawody dla dzieci i młodzieży! W zeszłym roku zawody dla najmłodszych rozegrały się tylko w jednej lokalizacji. W tym roku wychodząc naprzeciw Waszym zapytaniom w tej sprawie, postanowiliśmy, że odbędą się one podczas wszystkich etapów! Będzie to świetna okazja, aby dzieci i młodzież razem z dorosłymi aktywnie spędziła czas.

W ŚWIECIE



GARMIN IRON TRIATHLON

PŁOCK



Zawody Garmin Iron Triathlon Płock 2023 połączyły zarówno doświadczonych triathlonistów, jak i tych, którzy po raz pierwszy postanowili zmierzyć się z tym wielkim wyzwaniem. W niedzielę, 27 sierpnia setki triathlonistów z wielką determinacją walczyli o swoje najlepsze wyniki. Wyścig rozpoczął się nad urokliwym Zalewem Sobótka.

Triathlonową rywalizację rozpoczął dystans 1/2IM. Świetną formę pokazał tutaj Maciej Król (04:25:43), który przejął prowadzenie już na etapie pływackim. Po 20 minutach na mecie dołączył do niego Dariusz Walukiewicz. Jako trzeci dobiegł Grzegorz Wołodko (04:49:30). Wśród kobiet najszybsza była Katarzyna Michalak z czasem 05:36:35. Podium uzupełniły: Judyta Lucka (05:51:30) oraz Wioletta Dyderska (06:43:30).

Następnie rozpoczął się wyścig 1/8IM. Zwycięzcą na najkrótszym dystansie był Łukasz Lis z czasem 01:03:33. Po 3 minutach i 40 sekundach na mecie zameldował się Krzysztof Owczarek, a podium uzupełnił Michał Światłoń (01:08:17). Rywalizację wśród kobiet wygrała reprezentantka klubu KAZIKI - Anna Giżyńska, która przecięła linię mety po 01:17:32. Po około 3 minutach na mecie dołączyła do niej Małgorzata Szpakowska, a miejsce trzecie zajęła Emelie Lindholm z czasem 01:21:11.



Wyścig na dystansie 1/4IM wygrał dobrze już wszystkim znany Tomasz Marcinek, który wbiegł na linię mety po 02:02:22. Po ponad 7 minutach dołączył do niego Kamil Duplicki. Miejsce trzecie należało do Krzyśka Adrianowskiego 02:07:23. Zwyciężczynią kobiecej rywalizacji na tym dystansie była Agnieszka Gadomska z wynikiem 02:20:19. Jako druga na mecie zjawiała się Ewa Galewicz, która ukończyła wyścig z czasem 02:43:08. Miejsce trzecie zajęła Joanna Michalik 02:53:06.

Zawody Garmin Iron Triathlon były niezapomnianym wydarzeniem, które na pewno zostawiło w sercach uczestników i kibiców trwałe wspomnienia. Dziękujemy wszystkim za obecność i do zobaczenia na finale cyklu w Serocku już 17 września!



ELEMENTAL
TRI SERIES

ELEMENTAL TRI SERIES BIAŁYSTOK 2023

Białystok, 20 sierpnia 2023 po raz kolejny był gospodarzem zawodów spod szyldu Elemental Tri Series! Ten prestiżowy cykl zawodów przyciągnął setki zawodników i miłośników sportu z całego kraju, którzy przybyli, by zmierzyć się z trudami pływania, jazdy na rowerze i biegu. Triathloniści oprócz rywalizacji amatorskiej walczyli o zwycięstwo w Turnieju Nadziei Olimpijskich/Pucharu Polski oraz o tytuł mistrza Polski w triathlonie na dystansie standard oraz w Aquabike'u.

Zawodnicy startujący w Turnieju Nadziei Olimpijskich i Pucharze Polski rywalizowali w kategoriach Junior Młodszy, Junior oraz Młodzicy, Paratriathlon.



Rozpoczęcie zawodów miało miejsce nad brzegiem malowniczych Stawów Dojlidzkich. Woda tego akwenu stanowiła nie tylko przepiękną scenerię, ale również wyzwanie dla zawodników. Wydarzenie rozpoczęło się o godzinie 8:00 startem zawodniczek kategorii Juniorek Młodszych oraz Juniorek, które rywalizowały w ramach Turnieju Nadziei Olimpijskich/ Puchu Polski na dystansie supersprint (0,4 km pływania, 10 km jazdy rowerem, 2,5 km biegu). Kilka minut później wystartowali Juniorzy Młodzi oraz Juniorzy, a następnie do rywalizacji przystąpili Młodzicy oraz Młodziczki.

W wyścigu Juniorów zwyciężył Jakub Glapa (28:58) oraz Aleksandra Ferchmin (33:23). W kategorii Junior Młodszy jako pierwsi linię mety przekroczyli: Jakub Suchan (00:28:42) i Martyna Gajda (00:32:47). Zwycięzcami wśród Młodzików zostali Karol Wiktor (00:33:11) oraz Karina Katona, reprezentantka Węgier (00:33:46).

Bardzo emocjonująca była rywalizacja podczas wyścigu najlepszych z najlepszych – Elity i U23. Mistrzem Polski na dystansie olimpijskim w kategorii Elita/U23 okazał się Maciej Bruździak, który wbiegł na metę z czasem 01:50:56 i wyprzedził ubiegłorocznego triumfatora Kamila Kulik. Podium uzupełnił Marcel Kozaczekiewicz.

Wyścig kobiet zdominowała Magdalena Sudak, która z ponad minutą przewagi (02:04:51) nad drugą Martą Łagownik (02:05:57), zdobyła tytuł Mistrzyni Polski. Na trzecim miejscu podium stanęła się Zuzanna Sudak (02:07:23).

Najwięcej jednak emocji przyniósł kibicom i zawodnikom start zawodników Age Grup w Mistrzostwach Polski na dystansie standard. Wśród mężczyzn triumfował Kasper Tochowicz, dla którego jest to trzeci tytuł mistrza Polski na tym dystansie. Tochowicz ukończył rywalizację w Białymstoku z czasem 01:54:33. Podium w kategorii OPEN uzupełnili Łukasz Lis (1:58:13) i Paweł Młodzikowski (1:59:03).



ELEMENTAL
TRI SERIES

ELEMENTAL TRI SERIES BIAŁYSTOK 2023

Po tytuł mistrzyni Polski w kategorii OPEN sięgnęła Sandra Kopiczko (2:09:46), która na mecie zameldowała się z prawie 8 minutową przed drugą zawodniczką, Oliwią Gąsior (2:17:30). Na najniższym miejscu podium stanęła Monika Chodyna (2:18:58).

W zawodach mistrzostw Polski w aquabike pierwsze miejsce OPEN zajął Rafał Predecki, który ukończył rywalizację pomimo groźnie wyglądającego upadku na kilkaset metrów przed metą. Drugie miejsce, tracąc do zwycięzcy jedynie 5 sekund, zajął reprezentant teamu Labosport Tomasz Pomierny. Na trzecim miejscu ulokował się Adrian Chabros.

W rywalizacji kobiet zwyciężyła Marysia Matusik, dla której start w Białymstoku był debiutem w aquabike. Srebrny medal zdobyła Aleksandra Wiertelak, a brązowy Aleksandra Kieda. Na dystansie sprintu w zawodach Elemental Tri Series zwyciężył Karol Żołnowski (1:08:26). Na drugim miejscu podium stanął Karol Berent, a na najniższym Patryk Mościcki-Zanchi.

Najszybsza wśród kobiet była Julia Kuzelewska. Drugie miejsce zajęła podopieczna Tomka Domżańskiego - Aleksandra Leszczyńska, a na trzecim stopniu podium uplasowała się Joanna Rogowicka.



Zawody Elemental Triathlon Series Białystok 2023 przeszły do historii jako niezapomniane wydarzenie, które dostarczyło emocji i inspiracji wszystkim uczestnikom i widzom. Wielu zawodników osiągnęło osobiste sukcesy, ale zwycięzcą jest każdy, kto stanął na starcie i pokonał własne ograniczenia. Do zobaczenia za rok!



XXII. EDYCJA CASTLE TRIATHLON MALBORK

MALBORK 2-3.09.2023

Za nami XXII edycja najbardziej epickich zawodów triathlonowych na Świecie.

Castle Triathlon Malbork jak co roku okazał się wielkim sukcesem zarówno dla zawodników jak i organizatorów rywalizacji. Wysoka frekwencja nie dziwi, ponieważ Zamek w Malborku jest idealną scenerią do rywalizacji dla ludzi z żelaza. Pływanie w rzece Nogat, odcinek kolarski prowadzący po pięknych terenach Żuław i bieganie wokół potężnych murów zamku sprawiają, że wydarzenie ma wyjątkowy charakter, którego nie można porównać z żadnym innym.



DZIEŃ PIERWSZY - 1/8 IM, 1/4 IM i CASTLE RUN

Triathlonową rywalizację rozpoczął dystans 1/8IM. Zaciętą walkę o podium wygrał Jakub Maliszewski z czasem 01:00:11, którego do samego końca gonił reprezentant teamu UKS Nawa Skierniewice Jarosław Delgado Jankiewicz (01:00:29). Miejsce trzecie należało do Kacpra Koszala, który ukończył wyścig z ponad 2 minutową stratą do pierwszego zawodnika. Najszybszą kobietą na tym dystansie była Patrycja Nerc, która przecięła linię mety z czasem 01:14:56. Zaledwie po 20 sekundach na mecie dołączyła do niej Julia Kuźelewska. Podium uzupełniła Emelie Lindholm (01:15:30) z LUFT TRI TEAM.

Wyścig na dystansie 1/4IM był równie emocjonujący. Świetną formę pokazał tutaj Igor Siódmiak, który wyprzedził konkurencję na etapie kolarskim i zwycięsko wbiegł na linię mety po 01:55:33. Prawie minutę później linię mety przeciął Jakub Brzóski. Trzecie miejsce na podium zdobył Tymon Horsten (02:00:01) z Tri Talent Team. Wśród kobiet, już na etapie pływackim prowadziła Karolina Jahnz (02:13:58) z teamu Go2Tri. Jako druga na mecie pojawiła się Agnieszka Kropiewnicka z prawie 4 minutową stratą do pierwszej zawodniczki. Na trzecim miejscu uplasowała się Maja Bużycka z czasem 02:23:58.



XXII. EDYCJA CASTLE TRIATHLON MALBORK

MALBORK 2-3.09.2023

Sobotnie zmagania zakończyły wyścigi dla najmłodszych sportowców. Dzieci mogły sprawdzić swoje możliwości na dystansach dostosowanych do ich wieku. Było to wspaniałe wydarzenie uczące najmłodszych zdrowej rywalizacji i dążenia do celu.

DZIEŃ DRUGI - MISTRZOSTWA POLSKI NA DYSTANSIE PEŁNYM i ½ IM

Niedzielną rywalizacją była demonstracją ogromnej siły i determinacji. Dzień rozpoczął się od Mistrzostw Polski na dystansie pełnym IM oraz Aquabike. Na starcie ustawili się najlepsi z najlepszych - Jacek Tyczyński, Tomasz Marcinek, Miłosz Sowiński, bracia Marcin i Piotr Ławicki oraz Łukasz Kalaszczyński.

Wyścig standardowo rozpoczął się od etapu pływackiego. Pierwsi z wody wyszli: Tomasz Marcinek i Marek Rother. Sytuacja zmieniła się jednak na etapie kolarskim. Miłosz Sowiński, z 6 miejsca po pływaniu, całkowicie wyprzedził konkurencję i ukończył ten etap jako pierwszy już po 04:09:51. Ta przewaga pozwoliła mu na przecięcie linii mety jako Mistrz Polski, z nowym absolutnie kosmicznym rekordem trasy - 07:55:47! Trzeba podkreślić, że poprzedni rekord również należał do Miłosza Sowińskiego. Świetną formę pokazał również Piotr Ławicki, który z wynikiem 08:05:39 uplasował się na drugim miejscu. To również najlepszy czas jaki osiągnął zawodnik debiutujący na dystansie pełnym na Castle Triathlon Malbork. Podium uzupełnił Mistrz Polski z 2022 roku - Jacek Tyczyński (08:18:16).



Rywalizacja wśród triathlonistek była równie ekscytująca. Pierwsza z wody wyszła Emilia Liputa (ALOHA Triathlon Team) z 10 minutową przewagą do wielokrotnej medalistki Mistrzostw Polski w biegach ultra - Martyny Młynarczyk (HOKA Garmin Team). Ostatecznie ogromne doświadczenie Martyny Młynarczyk w bieganiu pozwoliło jej wyprzedzić Emilie Liputę na etapie biegowym i ukończyć wyścig z rewelacyjnym czasem 09:39:58 jako Mistrzyni Polski. Podium uzupełniła Sabina Bartecka (IM INSPIRATION, 10:36:24).



XXII. EDYCJA CASTLE TRIATHLON MALBORK

MALBORK 2-3.09.2023

Pierwszym zawodnikiem na dystansie pełnym w Aquabike okazał się Marek Markowski. Tuż za nim na mecie pojawili się Adam Ogłoblin (05:48:21) oraz Rafał Korulczyk (05:52:46), oboje z TRIAMO TEAM. Pierszą kobietą na mecie została Biegająca Bio Mama - Ola Korulczyk. Jako druga wyścig ukończyła Monika Chodyna - Najmowicz Triathlon (06:20:00), a trzecia na mecie była Aleksandra Wiertelak - TRYGYM Szczecin (06:34:29).

Triathlonowe zmagania zakończył ostatni dystans 1/2IM. Jako pierwszy linię mety przeciął Tomasz Spaleniak (Endure Team) z czasem 04:05:51. Po 5 minutach i 34 sekundach dołączył do niego Jakub Sawiełajc (TM IRON TEAM). Trzecie miejsce na podium należało do Krzyśka Adrjanowskiego (04:12:11) z teamu T3 Triathlon Club Liberty AirBike.

Kobięcy wyścig całkowicie zdominowała mieszkanka Malborka - Katarzyna Rumińska (Strefa Ruchu Multisport), przecinając szarfę mety z czasem 04:41:32. Dopiero po ponad 20 minutach na mecie ukazała się druga zawodniczka - Wioleta Jarocka. Jako trzecia zameldowała się Zuza Modzelewska z wynikiem 05:04:51.



Castle Triathlon Malbork 2023 to wielki test fizycznej wytrzymałości i determinacji. Nie każdemu udało się dokończyć wyścig, ale każdy kto podjął to wyzwanie powinien czuć się jak zwycięzca. Mamy nadzieję, że wszyscy będą wspominać ten weekend jako wielką celebrację sportu i sportowej rywalizacji oraz, że spotkamy się również w przyszłym roku 7-8 września! Zapisy na przyszłoroczne zawody ruszają już w piątek (8.09.2023) o godzinie 12:00.



MISTRZYNI POLSKI

MARTYNA MŁYNARCZYK - 09:39:58





MISTRZ POLSKI

MIŁOSZ SOWIŃSKI - 07:55:47



GARMIN PÓŁMARATON GDAŃSK



START I META:

polsat plus arena G D A Ń S K

X. JUBILEUSZOWA
EDYCJA ZAWODÓW

— 23-24 września 2023

www.polmaratongdańsk.pl



GARMIN.

polsat plus
arena
GDAŃSK



Akademicki
Związek
Sportowy

labo
SPORT

KALENDARZ IMPREZ

2023

labo
SPORT

22/04



ELBLĄG

06/05



MYŚLENICE

14/05



ŻYRARDÓW

21/05



NIEPOREŃ

27-28/05



OLSZTYN

03/06



ŚLESIN

04/06



ŚLESIN

24/06



STEŻYCA

25/06



STEŻYCA

02/07



SKIERNIEWICE

08/07



SYCÓW

09/07



SYCÓW

15/07



ELBLĄG

16/07



ELBLĄG

23/07



GOŁDAP

30/07



RAWA MAZOWIECKA

21/08



BIAŁYSTOK

27/08



PŁOCK

02-03/09



08-10/09



RADKÓW

09/09



RADKÓW

17/09



SEROCK

23-24/09



GDAŃSK

30/09



GDAŃSK

01/10



ŚWIERADÓW-ZDRÓJ

07/10



ELBLĄG

14/10



TOLKMICKO

02/12



GDAŃSK

OBSERWUJ NASZE KONTA



ABY BYĆ NA BIEŻĄCO!!!

CASTLE TRIATHLON MALBORK

7-8 WRZEŚNIA 2024

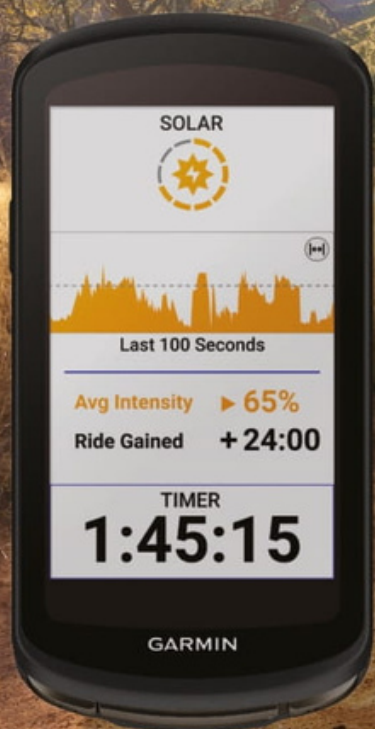


ZAPISY

8 WRZEŚNIA 2023 GODZ. 12:00

WWW.CASTLETRIATHLON.PL

ZASILANY SŁOŃCEM



I WYPOSAŻONY WE WSZYSTKO
CO POD NIM ZNAJDZIESZ

Edge® 1040 Solar to jedyny komputer rowerowy ze zintegrowanym ładowaniem energią słoneczną. Im dalej jedziesz tym dłużej wytrzyma bateria a Twój zasięg wskaże Ci funkcja stamina. †

GARMIN

† Po połączeniu z kompatybilnymi czujnikami (osobno w sprzedaży)

ZDJĘCIE MIESIĄCA

Piotr Ławicki na mecie Castle Triathlon Malbork 2023 - fot. Michał Buczyński



© Michał Buczyński



MASZ PYTANIA LUB UWAGI?
NAPISZ DO NAS!

MARKETING@LABOSPORT.PL

*Labo
Sfera*

KOLEJNY NUMER W PAŹDZIERNIKU 2023!

ZNAJDZIESZ W NIM DUŻO CIEKAWOSTEK, PODSUMOWANIE ZAWODÓW, CIEKAWY WYWIADY I MNÓSTWO SPORTOWYCH ZAJAWEK.

LABOSPORT POLSKA DOSTARCZAMY SPORTOWE EMOCJE