

12/08/2025

33. Bieg Abstynenta - ruszają dodatkowe zapisy dla młodych zawodników

33. Bieg Abstynenta pamięci Marka Grzyba odbędzie się 6 września w Parzymiechach. Główną konkurencją będą zmagania biegaczy na dystansie 10 km. Rozegrana zostanie także tak zwana Mila Parzymieska – z trasą prowadzącą po parkowych alejkach. W malowniczej scenerii parku odbędą się również biegi dla dzieci i młodzieży. Wśród konkurencji będzie też marsz nordic walking na dystansie 5 km.

Warto podkreślić, że start jest dla uczestników bezpłatny. Co więcej, organizator przewiduje także bezpłatne pakiety startowe. Nic dziwnego, że wszystkie miejsca zostały już zarezerwowane – dosłownie zaraz po ogłoszeniu. Dlatego wkrótce, 18 sierpnia o godzinie 12.00, uruchomione zostaną dodatkowe zapisy, przy czym dotyczy to tylko dystansów dla dzieci. Liczba miejsc jest ograniczona, więc warto nie spóźnić się ani minuty.

Zapraszamy także do pojawiania się na imprezie również w roli kibica. Malowniczy park zachęca do tego, by go odwiedzać, a podczas wydarzenia przewidziano dodatkową atrakcję – koncert gwiazdy. W tej roli wystąpi Cleo.

33

BIEG ABSTYNENTA pamięci Marka Grzyba

06.09.2025



GWIAZDA WYDARZENIA
CLEO

10KM
SZYBKA
I RÓWNA
TRASA

**Start biegów
BEZPŁATNY**

BEZPŁATNE PAKIETY
STARTOWE

**BIEGI DLA DZIECI
I MŁODZIEŻY**

**MILA
PARZYMIESKA**

MIEJSCE WYDARZENIA NZOZ Ośrodek Terapii Uzależnień

Częstochowska 1
42-164 Parzymiechy

- 9.00 – 9.45** Czas pracy biura zawodów biegów dzieci i młodzieży
- 10.00 – 11.00** Czas pracy biura zawodów Mili Parzymieskiej
- 10.00 – 11.30** Czas pracy biura zawodów Biegu Głównego i Nordic Walking
- 10.00 – 10.10** Otwarcie XXXIII Biegu Abstynenta Pamięci Marka Grzyba
- 10.15 – 10.50** Start biegów dzieci i młodzieży
- 11.00 – 11.20** Dekoracja i wręczenie nagród dla dzieci i młodzieży
- 11.30 – 11.50** Bieg na dystansie 1 Mili Parzymieskiej
- 12.00 – 13.20** Bieg Główny na dystansie 10 km
- 12.00 – 13.20** Marsz Nordic Walking (NW) na dystansie 5 km
- 13.45 – 14.15** Dekoracja zwycięzców, wręczenie nagród
- 14.15** Okolicznościowa przemowa
- 14.45** Koncert „CLEO”
- 16:00 – 17:00** Losowanie nagród niespodzianek dla uczestników Biegu Głównego i NW i Mili Parzymieskiej
- około 17.00** Podsumowanie i zamknięcie imprezy

Przez cały czas trwania imprezy równolegle odbywać się będą nieodpłatne zabawy i konkursy dla dzieci i dorosłych



Autor:

Jarosław Jędrysiak

- [Udostępnij: Facebook](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[Więcej aktualności](#)