



**Magiczny
Kraków**

Zawody Ironman w Krakowie

2025-08-04

Najważniejsze zawody ostatniego weekendu - Ironman 70.3 Kraków rozpoczęły się w niedzielę o godz. 8.00 - pływaniem na Zakrzówku. Kolejnym etapem była trasa rowerowa w kierunku Wieliczki i Bochni, a na końcu bieg na dystansie półmaratonu z metą na Rynku Głównym. W wydarzeniu wzięło udział ponad 2100 zawodników.

W wodzie triathloniści mieli do pokonania dystans 1900 metrów. Po wyjściu z akwenu przebiegli do strefy zmian T1 przy ulicy Wyłom. Tam czekały na nich rowery. Trasa rowerowa zawodów wiodła poza Kraków, w kierunku Wieliczki i Bochni, drogą krajową numer 94. Ostatni etap Ironman 70.3 Kraków to bieg na dystansie półmaratonu. Zaczął się on od strefy zmian T2, która znajduje się na terenie Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego Kraków Zachód, przy placu na Groblach, a zakończył na Rynku Głównym.

- Ironman to nie tylko światowej klasy zawody triathlonowe, ale też znakomita okazja do pokazania Krakowa jako miejsca, które łączy historię, energię i sportową pasję - podkreśla zastępca prezydenta Krakowa Łukasz Sęk.

Przeniesienie zawodów Ironman do Krakowa to wydarzenie wyjątkowe - miasto dołącza do elitarnego grona gospodarzy jednej z najbardziej prestiżowych imprez triathlonowych na świecie. To nie tylko sportowy debiut, ale także potwierdzenie pozycji Krakowa jako silnego ośrodka sportowego, w którym odbywają się imprezy o zasięgu globalnym.

Wydarzenie przyciągnęło do miasta kilka tysięcy zawodników, w tym wielu z zagranicy, co przekłada się na ogromny potencjał promocyjny tej imprezy. Sportowcy, ich rodziny i kibice to także realne korzyści dla lokalnej gospodarki - więcej gości w hotelach, restauracjach, muzeach i innych atrakcjach turystycznych. Z perspektywy miasta obecność zawodów Ironman 70.3 w krakowskim kalendarzu to nie tylko prestiż, ale również działanie na rzecz promocji szerokiej oferty sportowej i różnorodności dyscyplin.

- Kraków to miasto otwarte na wielkie wydarzenia i ambitnych ludzi. Ironman to nie tylko światowej klasy zawody triathlonowe, ale też znakomita okazja do pokazania Krakowa jako miejsca, które łączy historię, energię i sportową pasję. Trasa prowadzi przez najpiękniejsze zakątki naszego miasta, a meta zawodów zlokalizowana jest w samym sercu - na Rynku Głównym. Bardziej symbolicznie nie dało się już tego zaplanować. Kraków ma kompetencje organizacyjne i infrastrukturę, by być gospodarzem wydarzeń o międzynarodowym zasięgu. Chcemy, by Ironman 70.3 stał się stałym punktem w kalendarzu sportowym naszego miasta i powodem, by wracać tu nie raz - już niekoniecznie z numerem startowym, ale jako zakochany w tym mieście gość - podkreślał podczas konferencji prasowej poprzedzającej zawody zastępca prezydenta Krakowa Łukasz Sęk.

Weekend triathlonowy Ironman to wydarzenie, które wykracza poza granice Krakowa - to sportowe



**Magiczny
Kraków**

święto o regionalnej skali. Zawodnicy rozpoczęli zmagania od pływania w niezwykłej scenerii parku Zakrzówek, jednym z najpiękniejszych miejsc rekreacyjnych w Polsce. Następnie wyruszyli na trasę rowerową, która poprowadziła ich przez Wieliczkę aż do samego centrum Bochni, gdzie zaplanowano zawrotkę na rynku. Ostatni etap – bieg na dystansie półmaratońskim – odbył się już w sercu Krakowa, w otoczeniu zabytków i niepowtarzalnej atmosfery miasta.

- Organizacja Ironman 70.3 Kraków i wszystkich wydarzeń towarzyszących to ogromne przedsięwzięcie logistyczne. Finalny sukces zależy od dobrze skoordynowanej pracy dziesiątek osób. To wszystko po to, by było sprawnie i bezpiecznie, a zawodnicy wyjechali z Krakowa z dobrymi wspomnieniami – zaznaczał dyrektor Ironman 70.3 Kraków Michał Drelich.

Na liście startowej w Krakowie nie brakowało znanych nazwisk. Kibiców już od miesiący elektryzowała informacja o debiucie w triathlonie multimedalisty, mistrza świata, olimpijczyka Piotra Małachowskiego. Dyskobol znany był dotąd z masywnej postury, ale kilka miesięcy treningów spowodowało, że zrzucił 20 kilogramów.

- Moje sportowe życie nie wymagało tak intensywnego treningu wytrzymałościowego. W życiu tyle nie biegałem, na rowerze jeździłem tylko dla przyjemności, a pływać w ogóle nie musiałem. Ale spróbowałem tego wszystkiego i spodobało mi się. Nie walczę o wynik, bo to mój debiut. Chcę pokazać ludziom, że triathlon jest dla każdego, a trening poprawia jakość życia – podkreślał Piotr Małachowski, były lekkoatleta, ambasador Ironman 70.3 Kraków.

Doświadczenie Piotra Małachowskiego pokazuje, że sport składający się z trzech konkurencji jest w zasięgu każdego, kto ma odpowiednią determinację i poświęci czas na treningi. Najlepszym dowodem jest fakt, że najstarszy zawodnik, który wystartuje w Krakowie skończył 70 lat.

Weekend z Ironman to także rywalizacja sztafet. Wśród nich zaprezentował się zespół FizjoTRIterapia. Na pierwszej zmianie, na etapie pływackim wystartował Paweł Korzeniowski – były mistrz świata w stylu motylkowym. Na trasie rowerowej ścigał się aktor – Tomasz Karolak. Ostatni etap należał do Leszka Krawczyńskiego. To zwycięzca licytacji, w której można było wygrać właśnie miejsce w sztafecie z Karolakiem i Korzeniowskim. Wylicytowana kwota zostanie w całości przekazana Fundacji FizjoTRIterapia.

Na gorące przyjęcie liczyły także sztafety składające się z pracowników Citi Handlowego i parasporthowców. Tradycyjnie już Polski Komitet Paralimpijski wystawił swoją reprezentację, w składzie której zobaczyliśmy Zbigniewa Maciejewskiego (brązowego medalistę igrzysk paraolimpijskich w Paryżu), Jakuba Staszkiwicza (wielokrotnego medalistę mistrzostw Polski), Witolda Misztelę (zwycięzcę biegu Wings for Life) oraz Krzysztofa Plewę (uczestnika IP w Pekinie, najszybszego zawodnika tegorocznego Cracovia Maratonu dla Zawodników z niepełnosprawnościami startujących na wózkach). W sumie Citi Handlowy i PKPar wystawił 14 wspólnych sztafet.

Sztafety wspierają projekt „Bądź Aktywny” Polskiego Komitetu Paralimpijskiego, dzięki któremu dzieci z niepełnosprawnościami z całej Polski mogą uczestniczyć w bezpłatnych treningach sportowych pod okiem przeszkolonej kadry i w obiektach dostosowanych do ich potrzeb.



**Magiczny
Kraków**

Sobotnie emocje

Triathlonowy weekend rozpoczął się w sobotę rano. O godz. 9.00 trasą Good Morning Run ruszyli biegacze. Pięciokilometrowy dystans poprowadził uczestników wzdłuż Wisły i wokół Zamku Królewskiego na Wawelu. Finisz biegu odbył się w samym sercu Krakowa – na Rynku Głównym. O godz. 12.00 w okolicy Wieży Ratuszowej odbyło się drugie z wydarzeń towarzyszących – biegowa rywalizacja dla najmłodszych – Pho3nix IRONKIDS Kraków. Długość trasy była zależna od wieku uczestników i wynosiła od 100 do 1500 m.

IRONMAN 70.3 Kraków to nie tylko sportowe wydarzenie o międzynarodowej renomie, ale też ogromna atrakcja dla mieszkańców. Możliwość kibicowania na trasie oraz mecie wydarzenia, połączona została bowiem z atrakcjami i aktywnościami przygotowanymi przez organizatorów. Przygotowano między innymi grę miejską. Szczegóły dotyczące m.in. stref kibica i gry miejskiej znajdują się w [informatorze kibica](#).

Więcej informacji na temat Ironman 70.3 Kraków można znaleźć tutaj: ironmankrakow.pl