



**Magiczny  
Kraków**

## **Ironman 70.3: triathlonowe emocje w sercu Krakowa**

2025-08-04

**Ponad dwa tysiące zawodników z całego świata, rywalizacja na najwyższym poziomie i energetyczna atmosfera - pierwszy Ironman 70.3 Kraków przeszedł do historii jako wielkie triathlonowe święto. Wśród kobiet w kategorii PRO najlepsza okazała się reprezentantka Danii - Katrine Græsbøll Christensen, natomiast w rywalizacji mężczyzn najlepszy był Polak Kacper Stępiak.**

### **Zawody, które zapiszą się w historii miasta**

W niedzielę, 3 sierpnia, Kraków po raz pierwszy gościł prestiżowe zawody Ironman 70.3. Zmagania na dystansie 113 kilometrów (1,9 km pływania, 90 km jazdy rowerem i 21,1 km biegu) przyciągnęły zawodników i zawodniczki z kilkudziesięciu krajów. Rywalizacja rozpoczęła się o godz. 8.00 w malowniczym parku Zakrzówek, a zakończyła widowiskowym finiszem na Rynku Głównym.

#### **Zawody podzielone były na trzy etapy:**

- **Pływanie (1,9 km):** odbyło się w krystalicznie czystych wodach zalewu Zakrzówek, który dzięki swojej wyjątkowej lokalizacji i ukształtowaniu terenu stworzył efektowne i wymagające tło dla inauguracyjnego etapu triathlonu. Kibice mogli obserwować zawodników z punktów widokowych na klifach, co dodawało wyjątkowego klimatu.
- **Rower (90 km):** trasa prowadziła z Krakowa przez południowe dzielnice miasta w kierunku Wieliczki, a następnie do Bochni. Zawodnicy mierzyli się z technicznymi zjazdami i podjazdami oraz zmiennym ukształtowaniem terenu. Po nawrocie na rynek w Bochni zawodnicy wracali do Krakowa.
- **Bieg (21,1 km):** półmaraton składał się z trzech 7-kilometrowych pętli prowadzących przez serce Krakowa – Bulwary Wiślane, okolice Wawelu, ulicę Grodzką i Rynek Główny. To właśnie tu, w otoczeniu zabytkowych kamienic, znajdowała się meta zawodów. Tłumnie zgromadzeni kibice stworzyli niepowtarzalną atmosferę, która niosła zawodników aż do ostatnich metrów.

### **Zwycięzcy i bohaterowie dnia**

W rywalizacji kobiet bezkonkurencyjna okazała się Katrine Græsbøll Christensen z Danii, która dzięki znakomitej formie i ogromnej determinacji sięgnęła po zwycięstwo z czasem 4:14:15. Duńska zawodniczka pokonała dystans pływacki w 29:22, trasę rowerową w 2:14:16, a półmaraton przebiegła w 1:24:52.

W rywalizacji mężczyzn triumfował reprezentant Polski, Kacper Stępiak z zespołu Bahrain Victorious 13. Uzyskał czas 3:39:40, notując 22:15 w pływaniu, 1:58:55 na rowerze i 1:14:14 w biegu. Jego zwycięstwo to nie tylko sportowy sukces, ale i moment symboliczny – Polak jako pierwszy przekroczył linię mety wśród międzynarodowej stawki.



**Magiczny  
Kraków**

#### **Klasyfikacja kobiet - kategoria PRO:**

1. Katrine GRÆSBØLL CHRISTENSEN
2. Megan MCDONALD
3. Milan AGNEW

#### **Klasyfikacja mężczyzn - kategoria PRO:**

1. Kacper STĘPNIAK
2. Maximilian SPERL
3. Rostyslav PEVTSOV

Zobacz [pełne wyniki](#).

## **Nowy rozdział promocji Krakowa**

Wizerunek Krakowa jako miasta kultury został wzbogacony o silny element sportowy. Dzięki Ironman 70.3 stolica Małopolski zyskała miejsce na mapie globalnego triathlonu.

Relacje w międzynarodowych mediach, obecność zagranicznych uczestników i transmisje online pokazały Kraków jako nowoczesne, otwarte i dynamiczne miasto, gotowe do goszczenia wydarzeń najwyższej rangi. Debiut triathlonowych zawodów w Krakowie to dowód na to, że światowy sport może być integralną częścią miejskiej przestrzeni – angażując mieszkańców, promując lokalną tożsamość i budując międzynarodowy prestiż.

– Ironman 70.3 to nie tylko wielkie święto sportu, ale również doskonałe narzędzie promocji miasta. Kraków po raz kolejny pokazał, że potrafi łączyć dziedzictwo historyczne z nowoczesnym podejściem do organizacji wydarzeń na najwyższym poziomie. Wierzę, że to kolejny krok w wzmacnianiu pozycji Krakowa jako silnego ośrodka sportowego nie tylko w Europie, ale i na świecie – powiedział Tomasz Marzec, dyrektor Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie.

## **To nie tylko triathlon**

Zawodom towarzyszyły wydarzenia towarzyszące, jak Pho3nix IRONKIDS czy Good Morning Run, w których udział wzięły setki dzieci i amatorów biegania. Zawody odbyły się w przeddzień głównej imprezy, czyli w sobotę, 2 sierpnia. Krakowianie licznie wspierali zawodników w strefach kibicowania oraz uczestniczyli w grze miejskiej „Kibicuj z mapą”, zbierając pieczątki i zdobywając sportowe upominki.