19. PGE Bieg Trzech Kopców: wystartowały zapisy

2026-08-07

Ruszyły zapisy na 19. PGE Bieg Trzech Kopców. Tegoroczna edycja jedynego w Polsce biegu górskiego rozgrywanego w centrum dużego miasta odbędzie się 20 września. Na liście startowej może znaleźć się 3500 uczestników.

Unikalny bieg górski w centrum miasta

Bieg Trzech Kopców od lat przyciąga biegaczy dzięki swojej wyjątkowości. To jedyny w Polsce bieg górski odbywający się w centrum dużego miasta. Ponad 13-kilometrowa trasa z różnicą wzniesień około 160 m łączy trzy krakowskie kopce – Krakusa, Kościuszki i Piłsudskiego, a blisko 1/4 trasy prowadzi po nieutwardzonej nawierzchni. Ze względu na zróżnicowanie terenu w klasyfikacji międzynarodowej bieg został zaliczony jako „anglosaski", w którym trasa prowadzi raz w górę raz w dół.

Pokonując trasę można się przekonać, że Kraków oferuje nie tylko zabytki i nowoczesną infrastrukturę, ale również malownicze tereny zielone i urokliwe krajobrazy. Impreza jest organizowana od 2007 roku jako Międzynarodowe Otwarte Mistrzostwa Krakowa w Biegu Górskim.

– Nasz bieg doskonale pokazuje jak różne oblicza może mieć bieganie w Krakowie. I to nie tylko jeśli chodzi o podłoże. Poza licznymi atrakcjami turystycznymi znanymi choćby z tras maratonu i półmaratonu, uczestnicy mają możliwość obcowania z naturą czy podziwiania niesamowitych panoram. Począwszy od widoku na Kraków ze Wzgórza Lasoty, przez Las Wolski, po Wzgórze Sowiniec. Ta unikalna okazja sprawia, że impreza od lat cieszy się dużą popularnością zarówno wśród amatorów, jak i zawodowców – podkreśla Tomasz Marzec, dyrektor Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie.

3500 miejsc na liście startowej

Ze względów bezpieczeństwa na trasie w 19. PGE Biegu Trzech Kopców będzie mogło wystartować maksymalnie 3500 osób. Z tego powodu frekwencja od lat utrzymuje się na zbliżonym poziomie. Rekord padł w 2024 roku, gdy linię mety przekroczyły 3133 osoby. W ubiegłorocznej edycji bieg ukończyło 3117 zawodniczek i zawodników.

Start biegu zaplanowano na godz. 10.30 u stóp Kopca Krakusa. Uczestnicy będą mieli dwie godziny na pokonanie 13-kilometrowej trasy i dotarcie do mety zlokalizowanej u podnóża Kopca Piłsudskiego.

W zawodach mogą wziąć udział osoby, które najpóźniej 20 września 2026 roku ukończą 18 lat.

Jak się zapisać?

Rejestracja prowadzona jest online za pośrednictwem **formularza zgłoszeniowego**. Zapisy internetowe potrwają do 10 września lub do dnia, w którym wyczerpany zostanie limit startujących. W

przypadku dostępnych miejsc, zgłoszenia będą jeszcze przyjmowane w Biurze Zawodów na Stadionie Miejskim Cracovia im. Józefa Piłsudskiego w dniach 18-19 września. Przed rejestracją, należy zapoznać się z **regulaminem** biegu.

Rywalizacja w wielu kategoriach

W 19. PGE Biegu Trzech Kopców rywalizacja będzie prowadzona w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn, kategoriach wiekowych oraz nowej klasyfikacji Krakusek i Krakusów, przeznaczonej dla mieszkańców Krakowa posiadających ważną Kartę Krakowską.

Każda osoba, która ukończy bieg w regulaminowym limicie czasu, otrzyma pamiątkowy medal. Na najlepsze zawodniczki i najlepszych zawodników w klasyfikacji generalnej czekają nagrody pieniężne, zwycięzcy klasyfikacji Krakusek i Krakusów otrzymają nagrody rzeczowe, a triumfatorzy w kategoriach wiekowych – puchary.

Biuro zawodów

Biuro zawodów 19. PGE Biegu Trzech Kopców zostanie zorganizowane na Stadionie Miejskim Cracovia im. Józefa Piłsudskiego przy ul. Kałuży 1 i będzie otwarte:

- w piątek, 18 września, w godz. 16.00–19.00
- w sobotę, 19 września, w godz. 7.00-18.00
- w niedzielę, 20 września, w godz. 7.30–9.30.

W dniu biegu w biurze zawodów będzie można wyłącznie odebrać wcześniej opłacone pakiety startowe. Organizator nie przewiduje możliwości zapisania się do biegu ani wniesienia opłaty startowej w dniu imprezy.

Prowadzona będzie także weryfikacja uczestników, obejmująca m.in. potwierdzenie wniesienia opłaty startowej oraz uprawnień do przysługujących zniżek. Pakiet startowy będzie można odebrać osobiście lub przez upoważnionego pełnomocnika.

PGE sponsorem tytularnym wydarzenia

Sponsorem tytularnym 19. odsłony imprezy jest PGE Polska Grupa Energetyczna producent energii elektrycznej i ciepła. To kolejna odsłona współpracy spółki z jednym z najbardziej rozpoznawalnych wydarzeń biegowych w Krakowie.

Królewska Triada Biegowa

19. PGE Bieg Trzech Kopców wraz z 12. PKO Cracovia Półmaratonem Królewskim, który odbędzie się 11 października i zorganizowanym 19 kwietnia TAURON 23. Cracovia Maratonem tworzy 9. edycję Królewskiej Triady Biegowej. Każdy, komu w tym roku uda się ukończyć wszystkie trzy imprezy zostanie uhonorowany specjalnym trofeum.

Dodatkowe informacje na **stronie**.