



**Magiczny
Kraków**

Już dzisiaj 19. PGE Bieg Trzech Kopców

2026-09-20

Trwa sportowy weekend w Krakowie. Dzisiaj, 20 września odbędzie się 19. PGE Bieg Trzech Kopców. Uczestnicy imprezy pokonają ponad 13-kilometrową malowniczą trasę prowadzącą pomiędzy trzema krakowskimi kopcami - Krakusa, Kościuszki i Piłsudskiego.

Sportowy weekend dla każdego

– Nie trzeba być zawodowcem, aby być aktywnym uczestnikiem tego weekendu i to jest dla nas najważniejsze. Chcemy pokazać, że sport może być świetną przygodą, niezależnie od tego, czy stawiasz pierwsze kroki czy już od dawna podejmujesz aktywność. Zapraszamy wszystkich, aby dołączyć do nas w ten weekend! – podkreśla Tomasz Marzec, dyrektor Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie.

Bazą wydarzeń będzie Stadion Miejski Cracovii im. Józefa Piłsudskiego, na terenie którego znajduje się biuro zawodów, Expo oraz przestrzeń dla krakowskich klubów sportowych.

Trzy kopce, jeden wyjątkowy bieg

19. PGE Bieg Trzech Kopców wyróżnia się połączeniem sportowej rywalizacji z odkrywaniem Krakowa z nietypowej perspektywy. Trasa prowadzi przez wzgórza, tereny zielone i miejsca ważne dla historii miasta, a jej charakter wyznaczają trzy krakowskie kopce: Krakusa, Kościuszki i Piłsudskiego. Jest to jedyny w Polsce bieg górski prowadzący przez centrum dużego miasta.

– Bieg Trzech Kopców to jeden z tych biegów, w których naprawdę trzeba zmierzyć się ze sobą. Końcówka stanowi prawdziwe wyzwanie, szczególnie dla osób, które tak jak ja na co dzień nie biegają biegów górskich, ale właśnie wtedy ogromną siłę daje atmosfera, kibice i świadomość, że za chwilę będzie meta. I chyba dlatego chce się wracać na kolejne edycje i jeszcze raz zmierzyć z tą piękną, ale wymagającą trasą – opowiada Dorota Łeszyk, uczestniczka 19. PGE Biegu Trzech Kopców.

Start biegu zaplanowano na godz. **10.30** u stóp Kopca Krakusa. Uczestnicy przemierzą m.in. Podgórze, Bulwary Wiślane oraz Zwierzyniec, a meta tradycyjnie zlokalizowana będzie u podnóża Kopca Piłsudskiego.

Choć ponad 13 kilometrów może wydawać się niewielkim dystansem, trasa będzie wymagającym sprawdzianem. Podbiegi, zbiegi, zmienna nawierzchnia oraz około 160 metrów różnicy poziomów sprawiają, że bieg wymaga odpowiedniego przygotowania.

Program

Niedziela, 20 września

Start biegu: Kopiec Krakusa Meta: Kopiec Piłsudskiego



**Magiczny
Kraków**

- 7.30–9.30 – biuro zawodów i EXPO
- 10.30 – start 19. PGE Biegu Trzech Kopców
- 12.00 – dekoracje zwycięzców 19. PGE Biegu Trzech Kopców: klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn, Krakuski i Krakus, klasyfikacje wiekowe kobiet i mężczyzn
- 12.45 – zakończenie 19. PGE Biegu Trzech Kopców