



## 31 marca wiosenna „Nowa Huta w czterech smakach”

2018-03-30

**W ostatni dzień marca odbędzie się wiosenna edycja zawodów sportowych z cyklu „Nowa Huta w czterech smakach”. Tym razem nowohuckie święto biegania i nordic walking odbędzie się przy zbiornikach retencyjnych na rzece Dłubni w Zesławicach.**

- Jeśli będzie świecić słońce, zawodnicy pięknie opalą się na trasie. Mało jest na niej miejsc zacienionych. Jeśli spadnie deszcz, zapewnimy zabawę w błocie. Pomiędzy zbiornikami są szuwary z bogactwem ptaków różnych gatunków – będzie pięknie! – mówi Paweł Derlatka z Fundacji 4 Alternatywy, która organizuje zawody.

Na mecie, na finiszujących, będą czekały wyjątkowe medale – tym razem obrazujące nowohuckie osiedle Ogrodowe. Medal w każdym biegu w ramach cyklu ma kształt jednego z nowohuckich osiedli. Zawodnicy, którzy biegli w zawodach w 2017 r. mają już medale w kształcie osiedli Centrum A, Centrum B, Centrum C i Centrum D. Podczas zimowych zawodów, medale miały kształt osiedla Na Skarpie. Wszystkie medale w ramach cyklu utworzą kolorową mapę Nowej Huty.

Nowa Huta w czterech smakach to również okazja do niesienia pomocy. – Jak przy każdym biegu w ramach cyklu, zwracamy się do zawodników z dwiema prośbami. Prosimy, przynieście karmę, koce, plody, zabawki, legowiska i ręczniki dla psiaków, i kotów, które nie mają swoich ludzi. Druga prośba wiąże się z wiosennymi porządkami w szafach – sprawdźcie jakiej odzieży sportowej nie używacie i przynieście ją na zawody. Koszulki, buty, bluzy itp. przekażemy pacjentom Ośrodków MONAR, dla których treningi biegowe są jednym ze sposobów wychodzenia z uzależnień. To nie muszą być nowe rzeczy – mówi Magdalena Zyguła z Fundacji 4 Alternatywy.

Na mecie, oprócz ciekawych medali, na zawodników będzie czekał pyszny posiłek regeneracyjny. - Podczas zawodów zachęcamy do diety wegetariańskiej. Zapytaliśmy zawodników na co mają smak. Wygrała zupa z zielonych warzyw – mówi Paweł Derlatka.

„Nowa Huta w czterech smakach” to cykl biegów crossowych w czasie czterech pór roku w czterech wyjątkowych miejscach Nowej Huty. Każdy bieg to trasa około 10 km. Zawodnik, który przebiegnie cztery biegi w roku, pokonuje dystans maratonu.

Cykl biegów po największej i najbardziej zielonej dzielnicy Krakowa, organizowany jest drugi rok z rzędu i z każdą kolejną edycją gromadzi coraz więcej zawodników. W tym roku, do biegaczy dołączyli entuzjaści nordic walking.

Więcej informacji [na stronie internetowej wydarzenia](#) i [na Facebooku](#).