

Majówkowe bieganie

Podczas długiej majówki braliśmy udział w kilku zawodach, w tym w biegu nad słynną Rospudą. Niestety ten bieg zawodzi ze względu na przebieg trasy – jeśli ktoś spodziewał się podziwiać Rospudę podczas biegu to zobaczył niewiele.

Podczas długiej majówki braliśmy udział w kilku zawodach, w tym w biegu nad słynną Rospudą. Niestety ten bieg zawodzi ze względu na przebieg trasy - jeśli ktoś spodziewał się podziwiać Rospudę podczas biegu to zobaczył niewiele.

W **II Półmaratonie Doliną Rospudy**, który odbył się 1 maja, wystartował Marek Płotast [widoczny na fotografii wraz z dziećmi]. Zajął 62 miejsce (na 72 osoby) w czasie 2:07,41. Krótka relacja Marka: „Organizatorzy zadbali o wegetariański rewelacyjny posiłek regeneracyjny

Niestety Rospuda, widniejąca w nazwie zawodów, podczas biegu pojawia się prawie wcale, praktycznie trasa po asfalcie, to nie najlepsza rekomendacja dla biegu, który mógł mieć fajny, przyrodniczy klimat. Dodatkowo 30 stopni upału, żar z asfaltu, a w zasadzie jego smród, nie zachęcał do głębszych oddechów”.

Trochę szkoda, możemy powiedzieć, tym bardziej że Rospuda kojarzy nam się z skuteczną kampanią dla ochrony tego miejsca.

3 maja w Krośnie kilka osób z naszego teamu pobiegło w **XX Biegu Konstytucji 3 Maja**. 7 km w niemiłosiernym upale, wręcz ukropie (odczuwalne mocno powyżej 30 stopni), nie dla wszystkich to najlepsze to biegania. Przez to było mega męcząco (kilka osób na trasie wymagało pomocy). My poradziliśmy sobie dobrze. Grzegorz Bożek 32,53 (128 m.), Tomek Tatrzański 33,15 (135 m.), Wiesław Koziół 35,56 (202 m.). Wystartował też nasz kolega Jerzy Hołda, zaprzyjaźniony z redakcją Dzikiego Życia i Pracownią na rzecz Wszystkich Istot – jego wynik 34,09 (158 m.). Uczestników 369.

Film z mety:

Wreszcie 5 maja wystartowaliśmy w pierwszej edycji biegu organizowanego w Beskidzie Dukielskim – **Dukla Wolf Run**. Tutaj nawet nazwa biegu zobowiązywała.

Trasa równe 25 km, upał, sporo asfaltu (prawie połowa), prawie 600 metrów pod górę, kilka strumieni, fajne fragmenty w lesie, 85 uczestników i uczestniczek.

Nasze wyniki:

Wiesław Koziół 66 m., czas 2:46,4

Sylwia Karaś 55 m., czas 2:38,15 (3 m. w kategorii wiekowej)

Grzegorz Bożek 44 m., czas 2:32,58.



Wiesław Koziół, Chyrowa. Fot. [Kacper Krzanowski](#)



Grzegorz Bożek, Chyrowa. Fot. [Kacper Krzanowski](#)



Sylwia Karaś, Iwla. Fot. [Kacper Krzanowski](#)



Stowarzyszenie Pracownia na rzecz Wszystkich Istot korzysta z dotacji instytucjonalnej w ramach programu Demokracja w Działaniu.
