

# Beskid Niski czeka. Po raz czwarty patronujemy biegowi Łemkowyna Ultra Trail

12-13 października 2019 r. w Beskidzie Niskim odbywają się wyjątkowe zawody biegowe Łemkowyna Ultra Trail. W zawodach startuje 7 zawodników i zawodniczek naszego zespołu Dzikie Życie RunTeam. Trasa wiedzie pięknymi zakątkami Karpat, czerwonym szlakiem beskidzkim.

**12-13 października 2019 r. w Beskidzie Niskim odbywają się wyjątkowe zawody biegowe Łemkowyna Ultra Trail. W zawodach startuje 7 zawodników i zawodniczek naszego zespołu Dzikie Życie RunTeam. Trasa wiedzie pięknymi zakątkami Karpat, czerwonym szlakiem beskidzkim.**

Łemkowyna Ultra Trail odbywa się po raz szósty. Zawody mają 5 różnych dystansów oraz krótki bieg Śniadaniowy Wierch. Trasa zawodów wiedzie czerwonym głównym szlakiem beskidzkim - najdłuższy dystans z Krynicy do Komańczy (150 km), i kolejno krótsze: z Krynicy do Iwonicza-Zdroju (100 km), z Chyrowej do Komańczy (70 km). Łemko Maraton (48 km) z Iwonicza-Zdroju do Komańczy i Łemko Trail (30 km) z Puław Górnych do Komańczy. We wszystkich biegach w sumie weźmie udział około 2100 osób.

Po raz czwarty w zawodach bierze udział nasz zespół [Dzikie Życie RunTeam](#). Startujemy w 7 osób, na różnych dystansach:

70 km - Łukasz Czarnowski, Grzegorz Bożek

48 km - Łukasz Bieniek, Tomasz Tatrzański, Jacek Heliński

30 km - Barbara Grzebulska, Magdalena Bronowska-Wodyńska

Najlepsze miejsce dla naszego teamu wywalczył Kornel Wojczuk w 2016 roku na trasie ŁUT48, który zajął **wysokie 7 miejsce**. Zobaczcie jak wyglądały nasze starty w poprzednich latach:

- [Rok 2018](#)
- [Rok 2017](#)
- [Rok 2016](#)

Każde wejście do pierwszej setki na poszczególnych dystansach powinno być dużym sukcesem startujących.

Podczas zawodów będziemy też obecni jako wolontariusze m.in. Dariusz Czechowicz.

**Kibicujcie nam 12 października, będziecie mogli nas spotkać na trasie zawodów między Chyrową a Komańczą.**

Podczas tegorocznego ŁUT organizatorzy zapowiedzieli zredukowanie zużycia plastikowych opakowań poprzez zastąpienie jednorazowych 5-litrowych butelek, wielorazowymi beczkami na wodę. Pojawia się też w naczynia biodegradowalne pochodzenia organicznego. Warto dodać, że w biegu aż 21% osób wybrało posiłki wegetariańskie. Wszystkie te innowacje to właściwy kierunek zmian dla zawodów odbywających się bezpośrednio w przyrodzie. To wdrożenie w życie części pomysłów, o których w artykule [„Czas na biegową Kartę Etyczną”](#) pisał Grzegorz Bożek.



Beskid Niski, Puławy Górne, droga do lasu, 2018 r. Fot. Karolina Krawczyk



Karpacki, beskidzki las podczas Łemkowyny. Fot. Alexis Berg



Potok Świętokrzyski między Iwoniczem-Zdrojem a Rymanowem-Zdrojem, Beskid Niski, październik 2019. Fot. Grzegorz Bożek

**Patronat medialnym nad zawodami Łemkowyna Ultra Trail po raz czwarty objął Miesięcznik Dzikie Życie.**