

16.PKO POZnań*
PÓŁMARATON

14.04.2024

21,097 km

BIEGNIEMY

W POZNANIU



ORGANIZATOR

PATRONAT HONOROWY

*posir

POZnań*

Patronat Honorowy
Prezydenta Miasta Poznania

Sponsor Tytularny



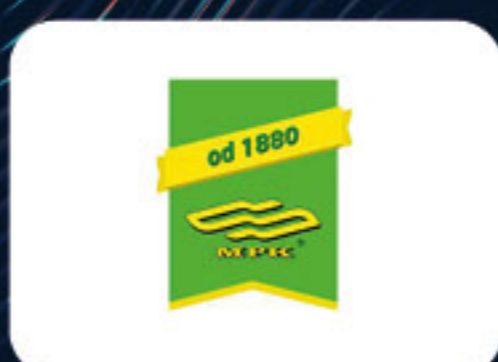
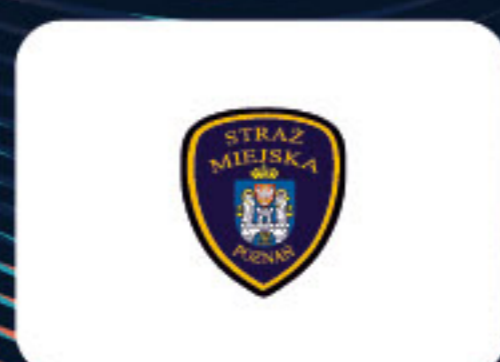
Sponsorzy



Partnerzy



Instytucje wspierające





DROGIE BIEGACZKI, DRODZY BIEGACZE!

Wiosna w Poznaniu to dobry czas na bieganie. Potwierdza to liczba osób, które wystartują w 16. PKO Poznań Półmaratonie - ponad 10 tysięcy zawodniczek i zawodników. Serce tego biegu, jego start i meta, bije na terenie Międzynarodowych Targów Poznańskich. To wyjątkowe miejsce, w którym aktywność biznesowa łączy się z wysiłkiem sportowym.

Dwie trzecie uczestniczek i uczestników przyjeżdża na nasz bieg z innych miejsc w Polsce. Witam Was bardzo serdecznie w Poznaniu. Jestem przekonany, że poczujecie wspaniałą atmosferę miasta, które wspiera sport i aktywność, a poznańscy kibice z pewnością pomogą Wam swoim dopingiem na całej trasie. Trzymam kciuki za jak najlepsze osiągnięcia poznanianek i poznaniaków, którzy startują w naszym mieście. Niech ciężka praca, którą włożyliście w przygotowania do Półmaratonu, przełoży się na wspaniałe rezultaty i satysfakcję po biegu. Dziękuję za Waszą obecność - dajcie z siebie wszystko. Wspaniałego biegania!

Jacek Jaśkowiak
Prezydent Miasta Poznania



DRODZY UCZESTNICY 16. PKO POZNAŃ PÓŁMARATONU!

Już niedługo spotkamy się na starcie. Tysiące biegaczy będą czekać na moment wystrzału, który rozpocznie kolejną przygodę i wyzwanie. Trasa, którą przygotowaliśmy, z pewnością pozwoli Wam rozwinąć biegowe skrzydła i poprowadzi do walki o jak najlepsze rezultaty. Dodatkowym motorem napędowym Półmaratonu będą niezawodni kibice. Ich doping będzie niósł Was na każdym odcinku. Jeżeli podczas biegu pojawią się trudne momenty, gorące wsparcie sympatyków biegania pomoże Wam je przezwyciężyć. Kiedy poczujecie się mocni, doping uskrzydli Was jeszcze bardziej.

Czekają Was wyjątkowe chwile, niezapomniane wrażenia, a przede wszystkim zdrowa sportowa rywalizacja. Będziecie walczyć o nowe osobiste rekordy, przełamanie własnych barier, czy też spełnienie biegowych marzeń. Każdy ma własne cele i wyzwania, ale wszystkich Was łączy jedno – udział w naszym Półmaratonie.

Bardzo dziękuję Wam za tak liczną obecność na starcie. Życzę Wam wspaniałej zabawy, nowych życiówek i – przede wszystkim – radości z biegania podczas 16. PKO Poznań Półmaratonu!

Łukasz Miadziółko
Dyrektor 16. PKO Poznań Półmaratonu

PROGRAM 16. PKO POZNAŃ PÓŁMARATONU ORAZ WYDARZEŃ TOWARZYSZĄCYCH

12 kwietnia 2024 (piątek)

10⁰⁰ – 20⁰⁰

Wydawanie pakietów startowych (Biuro zawodów, MTP, Hala nr 3)

10⁰⁰ – 20⁰⁰

Targi Poznań Run Expo (MTP, Hala nr 3)

13 kwietnia 2024 (sobota)

10⁰⁰ – 20⁰⁰

Wydawanie pakietów startowych (Biuro zawodów, MTP, Hala nr 3)

10⁰⁰ – 20⁰⁰

Targi Poznań Run Expo (MTP, Hala nr 3)

10⁰⁰ – 20⁰⁰

Strefa Aktywności (MTP, Hala nr 3)

12⁰⁰ – 15⁰⁰

Biegi dla dzieci i młodzieży „Phoenix KIDS Półmaraton” (MTP, Plac Marka)

14 kwietnia 2024 (niedziela)

8⁰⁰ – 14⁰⁰

Targi Poznań Run Expo (MTP, Hala 3)

8⁰⁰ – 15⁰⁰

Strefa aktywności (MTP, Hala 3)

9³⁰

Ceremonia otwarcia

9⁵⁰

Rozgrzewka

10⁰⁰

Start Półmaratonu

11⁰⁰

Finisz pierwszych zawodników i dekoracje

13¹⁵

Zakończenie biegu

W DNIU 14 KWIETNIA BIURO ZAWODÓW
BĘDZIE NIECZYNNE I NIE BĘDZIE MOŻLIWOŚCI
ODBIORU PAKIETU STARTOWEGO.



WSIADAJ NA ROWER Z UBEZPIECZENIEM

Karta kredytowa PKO Mastercard Platinum z ubezpieczeniem assistance rowerowym.
Zyskaj ubezpieczenie podrózne dla Ciebie i Twojej rodziny oraz zwrot kosztów za naprawę rowerów.

Zamów kartę już teraz!

RRSO 21,46%

RRSO – Rzeczywista Roczna Stopa Oprocentowania
(stan na 5.10.2023 r.)

Decyzja o przyznaniu karty i ostatecznej wysokości limitu
jest uzależniona od Twojej zdolności kredytowej.



Bank Polski

MATERIAŁ MARKETINGOWY

Ochronę ubezpieczeniową świadczy PKO Towarzystwo Ubezpieczeń SA. Szczegółowe informacje o ubezpieczeniu, w tym o ograniczeniach i wyłączeniach odpowiedzialności ubezpieczyciela oraz czasie trwania umowy i zakresie terytorialnym, znajdują się w Karcie Produktu i w Ogólnych Warunkach Ubezpieczenia dostępnych na stronach PKO Ubezpieczenia oraz PKO Bank Polski.

infolinia: 800 302 302 brak opłat dla numerów krajowych na terenie kraju; w pozostałych przypadkach opłata zgodna z taryfą operatora, +48 81535 60 60 opłata zgodna z taryfą operatora

Imprezy towarzyszące:



POZNAŃ RUN EXPO

W jednym miejscu biegacze i wszyscy miłośnicy aktywnego trybu życia znajdą najnowsze kolekcje odzieży, obuwia i akcesoriów dla sportowców

12-14 kwietnia 2024 (hala nr 3)



BIEGI DLA DZIECI

Dzień: **13.04.2024**

Godzina: **12.00 - 15.00 (MTP, Plac Marka)**

PROGRAM WYDARZENIA

- godz. 12:00 – dystans ok 100 m – roczniki 2020 i młodszy z rodzicami
- godz. 12:15 – dystans ok 200 m – roczniki 2018-2019
- godz. 12:35 – dystans ok 400 m – roczniki 2016-2017
- godz. 13:00 – dystans ok 500 m – roczniki 2014-2015
- godz. 13:30 – dystans ok 800 m – roczniki 2012-2013
- godz. 14:00 – dystans ok 1100 m – roczniki 2009-2011

STREFA AKTYWNOŚCI

16. PKO Poznań Półmaraton oprócz niezapomnianych biegowych wrażeń zapewni Wam także solidną dawkę dodatkowych sportowych i pozasportowych atrakcji w Strefie Aktywności. Razem z Międzynarodowymi Targami Poznańskimi zapraszamy do hali nr 3 na MTP przez cały półmaratoński weekend tj. 13-14 kwietnia 2024 r.

Sportowe aktywności zapewnią nasi sponsorzy i partnerzy, m.in.: Fundacja Phoenix, Lech Poznań, Warta Poznań. Szereg atrakcji dostarczy także Akademia Judo.

Nowością w tym roku jest mobilny punkt sprzedaży Żabki, w którym będziecie mieć możliwość przekąszenia różnorodnych ciepłych i zimnych dań, aby później doładować swoje baterie na leżakach w strefie chillu.

Po raz kolejny zawodników ugości Veolia, która przygotuje dla odwiedzających szereg atrakcji. Najmłodszy będą mogli puścić wodze fantazji podczas artystycznych aktywności, a dorośli będą mieć szansę sprawdzenia swojej wiedzy z zakresu oszczędzania ciepła w przestrzeni domowej. Na fanów pamiątkowych zdjęć czekać będzie fotobudka 360 stopni.

Dzięki współpracy z Centrum Szkolenia Wojsk Lądowych w strefie aktywności zawitają wojskowe pojazdy, takie jak MRAP. Będzie to również niecodzienna możliwość obejrzenia wojskowej broni oraz zagłębienia się w tajniki pracy wojska.



PHOENIX
KIDS

16. PKO

POZnań*
PÓŁMARATON



PHOENIX

POZnań*

#TOGETHER
#WE RISE

SPORT * RADOŚĆ * ENERGIA * PRZYGODA



400 m



13

KWIETNIA

2024



PRZED BIEGIEM

KARTA STARTOWA:

1. Dostępna na profilu biegacza od **04.04.2024r.**
2. Pobierz ją lub wydrukuj i okaż w Biurze Zawodów zamiast dowodu tożsamości.
3. Nie możesz odebrać pakietu osobiście?
Przełącz swoją kartę komuś, kto odbierze go za Ciebie!

ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWYCH:

1. Przygotuj kartę startową lub, jeśli znasz swój numer startowy, możesz również odebrać pakiet na podstawie dokumentu tożsamości.
2. Przyjdź na **Międzynarodowe Targi Poznańskie** (ul. Głogowska 14, 60-734 Poznań, hala nr 3) do Biura Zawodów.

JAK DZIAŁAMY:

12 kwietnia 2024r. (piątek) w godz. 10:00 – 20:00
13 kwietnia 2024r. (sobota) w godz. 10:00 – 20:00
14 kwietnia 2024r. (niedziela) BIURO NIECZYNNE

PAKIET STARTOWY

- piwo Miłostaw bezalkoholowe IPA
- paczka Makaronu Czaniecki
- numer startowy

wszystkie te produkty
zostaną spakowane
w torbę z logotypem
16. PKO Poznań Półmaratonu





**Możecie więcej,
niż Wam się
wydaje.**

Powodzenia,
trzymamy za Was kciuki!

zabka

16.PKO

POZnań*
PÓŁMARATON

KOMUNIKACJA



W dniach 12 - 14.04.2024r. jedź za darmo komunikacją miejską (strefa A+B+C)!
(Weź swój numer startowy i dokument tożsamości)



W niedzielę 14.04.2024r. na terenie Województwa Wielkopolskiego możesz bezpłatnie podróżować pociągami Kolei Wielkopolskich Sp. z o.o., Łódzkiej Kolei Aglomeracyjnej Sp. z o.o. oraz Polregio S.A.
(Weź swój numer startowy i dokument tożsamości)

PAMIĘTAJ, ŻE W DNIU BIEGU:

1. Ruch wzdłużny na trasie będzie zamknięty w **g. 8:30 – 13:30**.
2. Trasa będzie sukcesywnie otwierana za ostatnimi uczestnikami.
3. Na trasie znajdują się śluzy (mapka na naszej stronie www).
4. Rozkłady komunikacji miejskiej mogą ulec zmianie.
5. Informacje na www.halfmarathon.poznan.pl → UTRUDNIENIA W RUCHU.
6. Potrzebujesz pomocy w dojeździe? Skontaktuj się z nami!

utrudnieniawruchu@halfmarathon.poznan.pl

Nasz e-mail obsługiwany będzie:

11.04.2024 w godz. **16:00 – 22:00**

12.04.2024 w godz. **10:00 – 23:00**

13.04.2024 w godz. **10:00 – 23:00**

14.04.2024 w godz. **7:00 – 13:00**

lub zadzwoń na infolinię pod numer:

502 622 438 która czynna będzie:

11.04.2024 w godz. **16:00 – 22:00**

12.04.2024 w godz. **16:00 – 23:00**

13.04.2024 w godz. **10:00 – 23:00**

14.04.2024 w godz. **7:00 – 13:00**

MASZ PYTANIA?



PARKINGI

Parking Międzynarodowe Targi Poznańskie

ul. Głogowska 11, Poznań
Czynny / Opening hours: 24h

Cennik / Price: 8zł / h

Pełny cennik / Full prices:
parkingpwk.pl/pl/o-parkingu/cennik/

Parking Poznań Główny

ul. Przemysłowa 2, Poznań
Czynny / Opening hours: 24h
Oddalony od MTP ok. 700m
/ 700m from the Halfmarathon office
Auto osobowe do wys. 2,5m.
/ Cars up to 2,5 m high

Cennik / Price: 5 zł / h

Pełny cennik / Full prices:
www.parkingpoznanglowny.pl/rezerwacja-miejsc

Green Parking Parking przy ulicy Matejki

ul. Matejki 63, Poznań
Czynny / Opening hours: 24h
Oddalony od MTP ok. 350 metrów
(350m from the Halfmarathon office).

Cennik / Price: 4zł / h

Pełny cennik / Full prices:
en.parkopedia.pl/parking/carpark/mtp/60

Centrum Handlowe – AVENIDA

ul. Matyi 2, Poznań

Parking (A,B) wewnętrzny / internal

Liczba miejsc / parking places: 500
Czynny / Opening hours:
Parking A: 6.00-22.00
Parking B: 9.00-21.00.
Wjazd na parking wewnętrzny znajduje się po prawej stronie przed wjazdem na rampę zewnętrzną. / The entrance to the indoor parking lot is located on the right before the entrance to the outdoor ramp.

Parking (C,D,E) zewnętrzny / external

Parking nad peronami / above the railway platform:
Liczba miejsc / parking places: 1000
Czynny / opening hours: 24h
Wjazd na parking zewnętrzny odbywa się rampą parkingową biegnącą wokół budynku centrum. / Access to the outdoor parking lot is via a parking ramp running around the center building.

Cennik: / Price

do 2 godzin / up to 2 hours – free
3 godzina / 3rd hour – 4 zł
4 godzina / 4th hour – 7 zł
od 5 godziny parkowania 8 zł za każdą następną godzinę / from the 5th hour of parking PLN 8 for each subsequent hour
24 godziny / 24 hours – 75 zł

Pełny cennik / Full prices:
www.avenidapoznan.com/o-centrum/wskazowkiparking/parking

Parking Rondo Kaponiera

ul. Roosevelta, Poznań
Czynny / Opening hours: 24h.
Oddalony od MTP ok. 300m / 300m from the WTC

Cennik / Price: 5 zł/h

Pełny cennik / Full prices:
www.apcoa.pl/parking-w/poznan/park-go-kaponiera-centrum-poznan-ul-rosevelta/

Parking Dworzec Zachodni PKP

Ul. Głogowska 21, Poznań
Czynny / Opening hours: 24h.
Liczba miejsc / parking places: 50

Cennik / Price: 4 zł/h

Pełny cennik / Full prices:
Dworzec Zachodni PKP – Car Park (parkopedia.pl)
https://en.parkopedia.pl/parking/carpark/dworzec_zachodni_pkp/60

CENY POWYŻSZYCH PARKINGÓW MOGĄ ULEC ZMIANIE. / PRICES OF THE ABOVE PARKING LOTS ARE SUBJECT TO CHANGE.

GSK

Ahead Together

Biegiem wyprzedzamy choroby



W DNIU BIEGU

**Start: 14.04.2024 / ul. Grunwaldzka
godz. 10:00**



- zabierz ze sobą worek do szatni z numerem, które znajdowały się w pakiecie
- oddaj rzeczy do depozytu w hali 3A w godz. 8:15 – 9:30, a odbierz do godz. 15:00
- swój bagaż odbierzesz na podstawie numeru startowego
- nie zostawiaj w bagażu cennych i mogących ulec zniszczeniu przedmiotów



szatnie dostępne są w hali 3A



toalety znajdują się na starcie, trasie (nieдалeko punktów żywieniowych) i na mecie

Twoja strefa startowa

Jeśli Twój numer ma kolor czerwony – nie będziesz uwieczniana/y na zdjęciach i video

Twoje imię



Oderwij kupon na piwo!

Oderwij kupon do DiTempo!

Wypełnij rewers numeru i bądź bezpieczna/y!

POZnań* PÓŁMARATON

Dla Twojego bezpieczeństwa / For you safety / Zu Ihrer Sicherheit

Proszę wypełnić ten formularz / Please fill out this form upon reception / Bitte füllen Sie diesen Abschnitt jetzt aus

Imię / First name / Vorname		Język ojczysty / Mother tongue / Muttersprache	
<input type="text"/>		<input type="text"/>	
W razie wypadku proszę powiadomić / In case of emergency please contact / Im Notfall bitte anrufen:			
Tel. / Phone / Telefonnummer		e-mail / e-mail / E-Mail-Adresse	
<input type="text"/>		<input type="text"/>	
Adres / Address / Adresse		<input type="text"/>	
Aktualny adres / Current address / Aktuelle Anschrift			
<input type="text"/>		<input type="text"/>	
Chcę być uwieczniona / I want to be immortalized / Ich möchte immortalisiert werden			
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
Chcę skorzystać z systemu / I want to use the system / Ich möchte das System nutzen			
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
Chcę skorzystać z / I want to use / Ich möchte nutzen			
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
Sex / Geschlecht / Geschlecht			
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	

Telefon alarmowy 112 In case of emergency 112 Notfall 112

Piwo / Beer

25% zniżki
na piwo

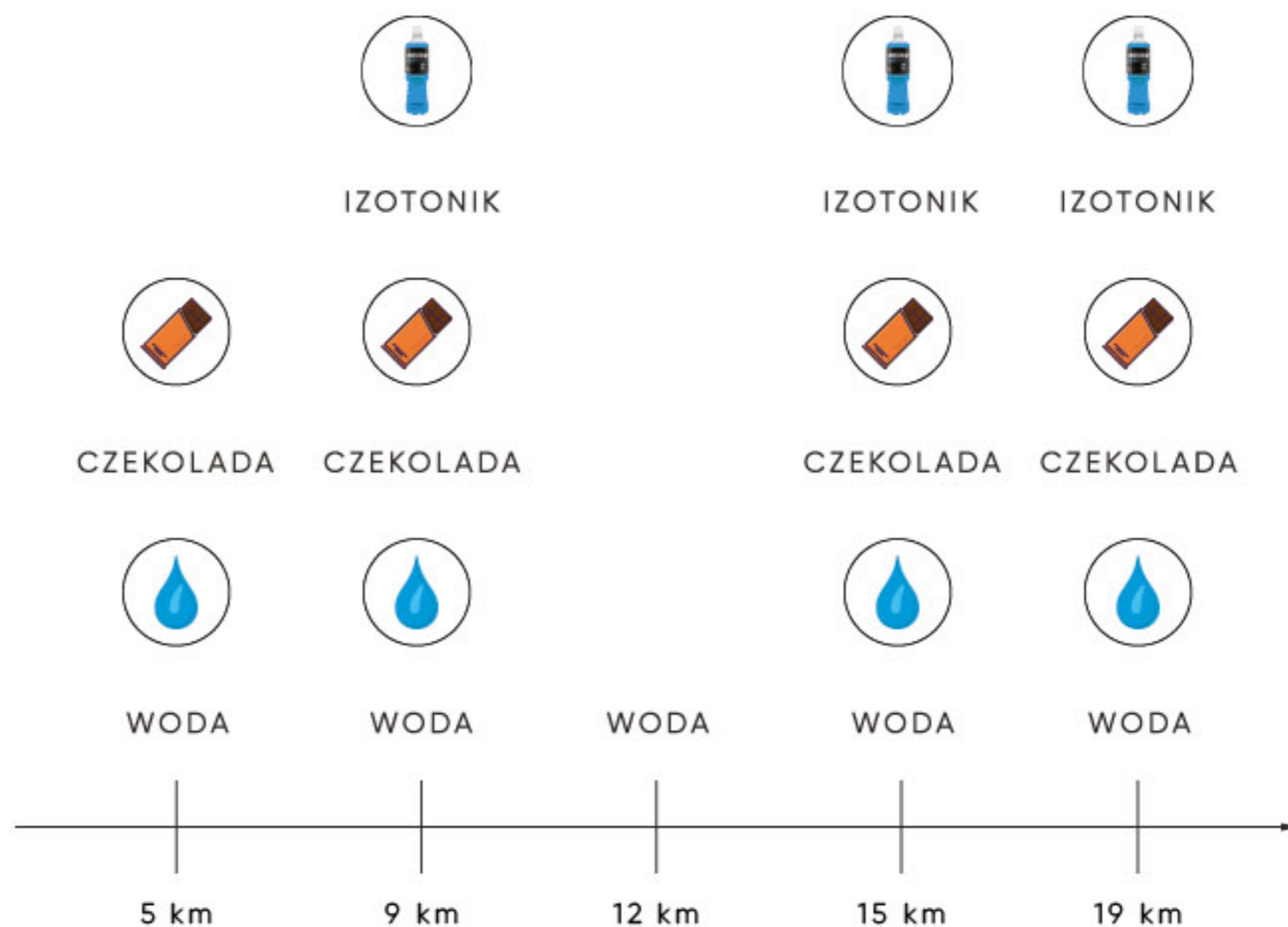


START!



1. Ustaw się w swojej strefie startowej
2. Wejście do strefy odbywa się na podstawie numeru startowego
3. Zamknięcie stref o godz. 9:40
4. Pamiętaj! Start jest falowy!
Starty poszczególnych stref odbędą się w odstępach czasowych 2 do 3 minut w kolejności:
 - AA, A
 - B, C
 - D
 - E
 - F

BUFET NA TRASIE







AdRunaLine
SPORTS



LIFESTYLE AND RUNNING
APPAREL FOR ATHLETES

#personalbest #madeinpoland

Find us on  

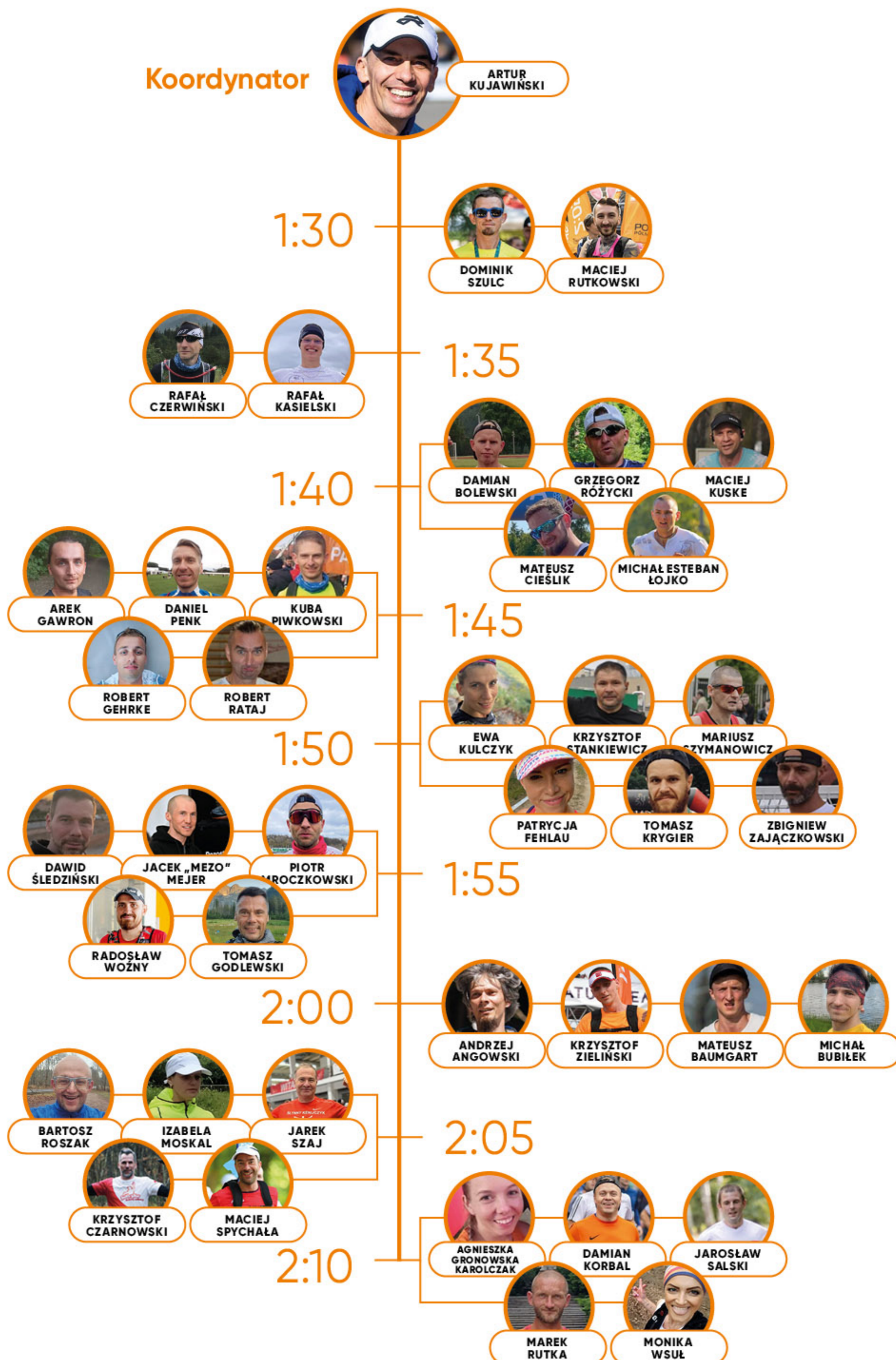
www.adrunaline.pl

PACEMAKERZY

Pobiegnij ze swoim zajęcem na wybrany czas spośród:

1:30 / 1:35 / 1:40 / 1:45 / 1:50 / 1:55 / 2:00 / 2:05 / 2:10!

Pacemakerzy wyposażeni są w wysokie flagi typu husaria.



4MOVE

is SPORT







**ZADBAJ O SWOJE
NAWODNIENIE PODCZAS**

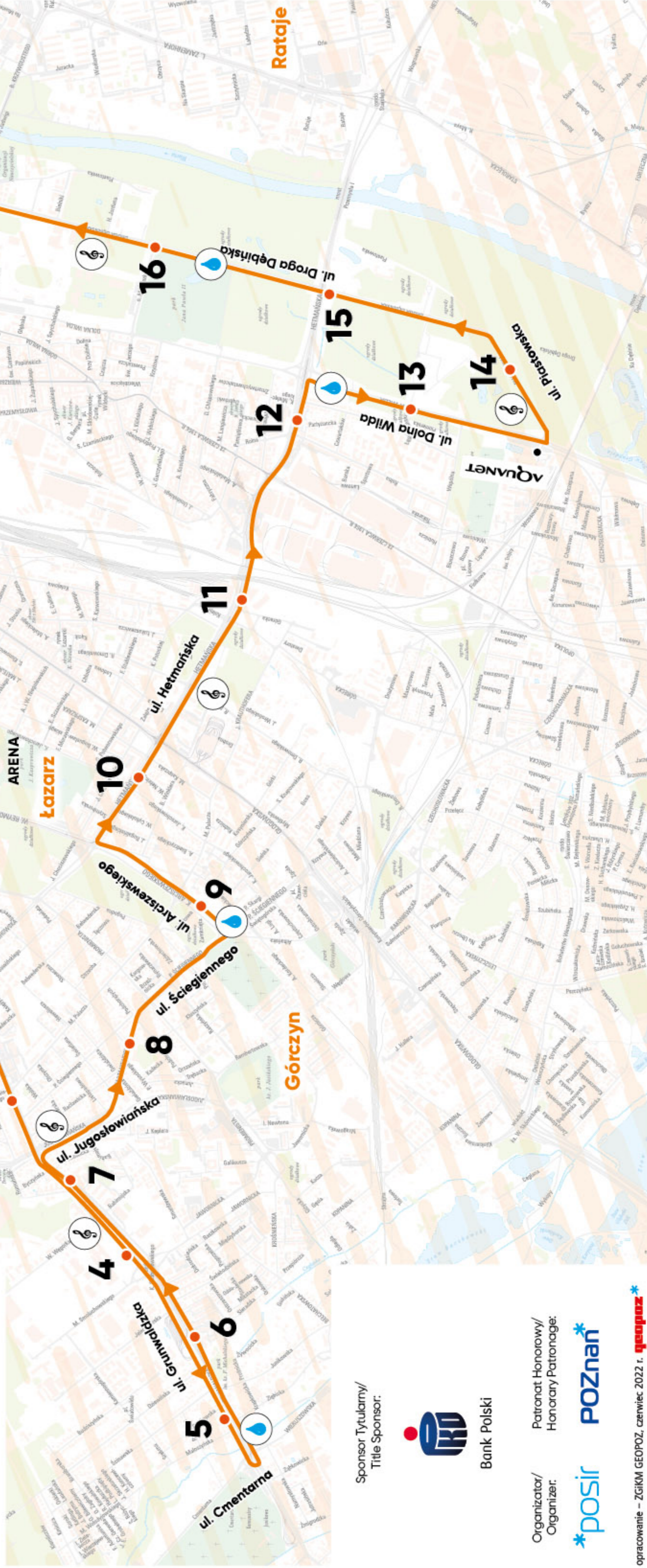
16.PKO

POZnań*
PÓŁMARATON

14.04.2024

Start: 10.00

-  znaczniki kilometrów / kilometer markers
-  kierunek biegu / run direction
-  punkt odżywiania / nutrition points
-  zespoły muzyczne / music bands



Sponsor Tytułarny/
Title Sponsor:



Bank Polski

Organizator/
Organizer:



Patronat Honorowy/
Honorary Patronage:



Włoska Pizza



PIZZERIA DI TEMPO

Przyjdź do di Tempo w przeddzień lub dzień zawodów. Dzięki kodowi rabatowemu w postaci znaczka pizzy na numerze startowym zjesz z 25% zniżką! Spróbuj pysznej pizzy w stylu neapolitańskim przygotowanej z włoskich składników.



www.ditempo.pl

* Promocja obowiązuje w dniach 13.04 oraz 14.04 2024r.

**25%
Off**

Zachowaj di Tempo

Z radością wspieramy uczestników
16. PKO Półmaratonu Poznańskiego!
Trzymamy kciuki za waszą wytrwałość
i życzymy udanych zawodów!



Prosimy o wcześniejszą
rezerwację stolika
pod numerem telefonu
+48 798 411 715

ul. Noskowskiego 22
61-705 Poznań

mana.lake

natura • harmonia • cisza

Zapraszamy

do nowoczesnego obiektu wypoczynkowego,
znajdującego się w krainie 100 jezior, w Ławicy
k/Sierakowa.

Mana Lake to kameralny kompleks całorocznych
domków o powierzchni od 42 m² do 79 m², w których
komfortowo wypocznie od 4 do 8 osób. To przestrzeń
stworzona z myślą o miłośnikach dobrego wzornictwa,
obcowania z naturą i aktywnego wypoczynku.

Do dyspozycji gości oddajemy szeroki asortyment
sprzętu sportowego: rowery, deski sup, kajaki, pontony,
łódzie oraz nowoczesną strefę fitness i wellnes wraz
z atrakcjami dla najmłodszych: leśną krainą zabaw
i single track dla młodych pasjonatów rowerowych.



Ławica 64 k/Sierakowa



+48 798 001 134



manalake.pl

PO BIEGU

1. Wiemy, że cieszysz się z ukończenia biegu, ale prosimy - zrób miejsce za linią mety dla kolejnych zawodników.
2. Częstuj się owocami, czekoladą i napojami w strefie finishera.
3. Przy wyjściu otrzymasz medal i folię termiczną.
4. Teraz czas na piwo ;)
5. Możesz skorzystać z bezpłatnego masażu w hali 3A.
6. Zostaw swój chip w namiocie STS przy wyjściu ze strefy finishera.
7. Możesz wygrawerować swój czas na medalu w specjalnym punkcie w hali 3A (usługa płatna).

CELEBRUJ SWÓJ SUKCES



A GDY ODPOCZNIESZ...

1. Nieoficjalne wyniki dostępne będą na www.halfmarathon.poznan.pl zaraz po biegu – na oficjalne poczekamy do czasu otrzymania wyników badań antidopingowych pierwszych zawodników.
2. Kilka dni po biegu możesz zobaczyć swoje zdjęcia na stronie fotomaraton.pl i zakupić je.
3. Po ogłoszeniu oficjalnych wyników możesz pobrać darmowy dyplom ze swojego profilu biegacza.



POBIERZ BEZPŁATNIE APLIKACJĘ MOBILNĄ
„POZNAŃ PÓŁMARATON”.

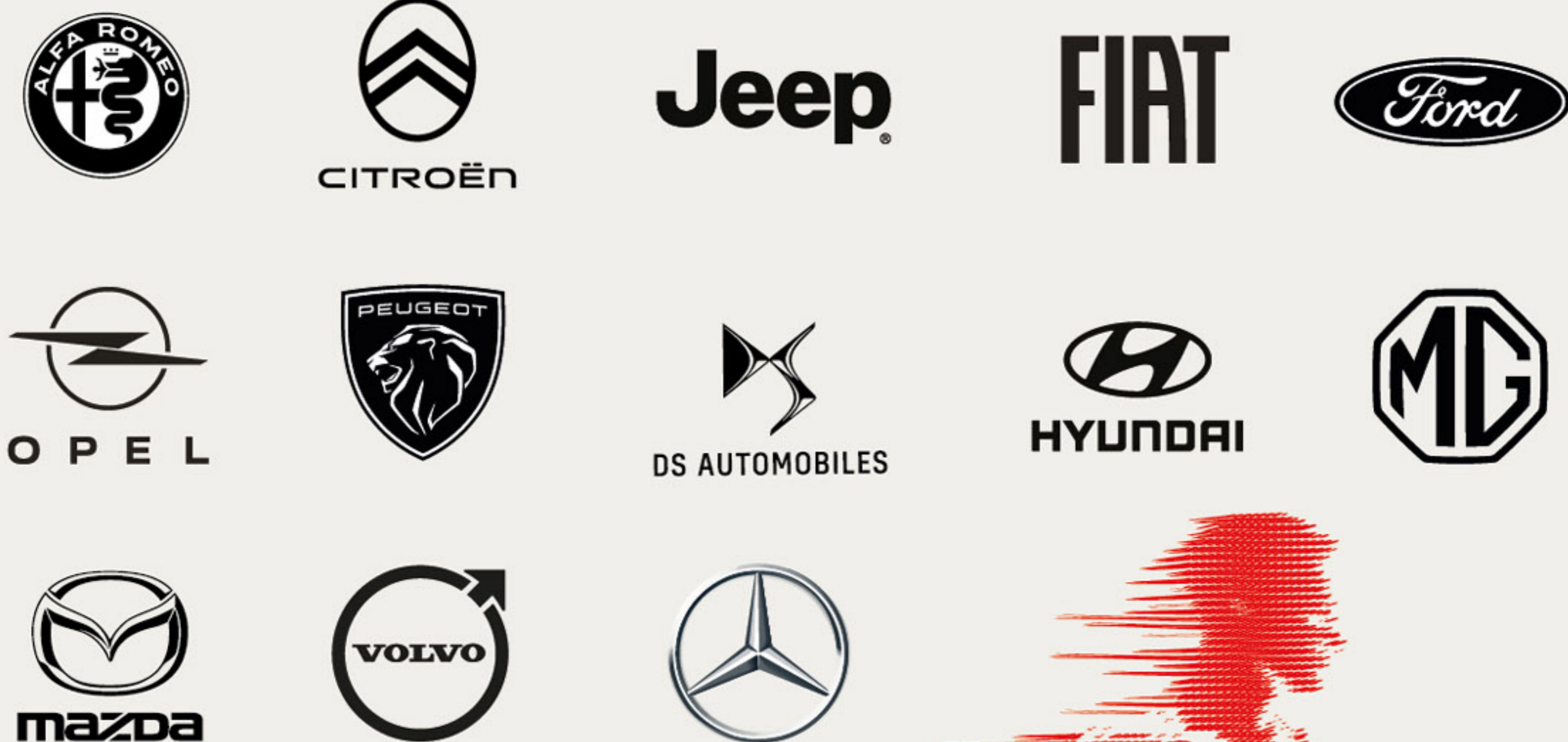
GRATULUJEMY!



**zaufany partner w motoryzacji
od ponad 30 lat,**
właściciel autoryzowanych
salonów i serwisów:



Zeskanuj **kod QR** i znajdź
samochód dla siebie!



**Z Tobą
na każdym
kilometrze!**

POMAGAMY



Biegajmy
razem



BIEGNĘ DLA MICHALINY

Uczestnicy 16. PKO Poznań Półmaratonu mogą wziąć udział w biegowej akcji charytatywnej „biegnę dla...” i pomóc 5-letniej Michalinie. Wystarczy przypiąć sobie do koszulki specjalnie przygotowaną kartkę i dobiec z nią do mety. Dzięki zaangażowaniu biegaczy Fundacja PKO Banku Polskiego przekaże darowiznę na rehabilitację dziewczynki. Kartki-identyfikatory akcji „biegnę dla Michaliny” będzie można odbierać w biurze zawodów w czasie jego pracy.

biegnę dla Michaliny

www.fundacjapkobp.pl



WESPRZYJ!

TOSIA MA 9 LAT I DZIELNIE
WALCZY O SWOJE ZDROWIE!

16. PKO POZnań*
PÓLMARATON

siepomaga.pl

ZACHĘCAMY DO WSPARCIA ZBIÓRKI

www.siepomaga.pl/biegniemy-dla-antosi

23 POZnań*
maraton
*Im. Macieja Frankiewicza

13.10.2024



BIEGNIEMY W POZNANIU

zapisy: www.marathon.poznan.pl