# Parkrun na Wyspie Bolko




Sport

26.12.2026
09:00

Wstęp wolny (jednorazowa rejestracja)

**Czym jest parkrun Opole?**
To bieg, trucht lub marsz na dystansie 5km z pomiarem czasu. Zapraszamy do udziału w dogodnej dla każdego formie i luźnej, pozbawionej rywalizacji atmosferze.

**Kiedy organizowany jest parkrun?**

W każdą sobotę o 9:00 przez cały rok.

**Gdzie odbywają się spotkania parkrun?**
Miejsce organizacji spotkania to Alejki asfaltowe wokół Wyspy Bolko. Więcej informacji nt. trasy znajdziesz w sekcji trasa.

**Ile kosztuje udział w parkrun?**
Nic – udział w parkrun jest bezpłatny, ale wymagane jest wcześniejsze dokonanie rejestracji przed pierwszym startem. Rejestracja w parkrun jest jednorazowa, tzn. po jej dokonaniu możesz wziąć udział w dowolnej liczbie spotkań parkrun w dowolnej lokalizacji w Polsce lub na świecie. Prosimy przynieść ze sobą nadany w ramach rejestracji Indywidualny Kod Uczestnika, wydrukowany, bądź w formie elektronicznej, który potrzebny jest to podania Twojego rezultatu. Pamiętaj – BRAK KODU OZNACZA BRAK WYNIKU!

**Jak szybko muszę pokonać trasę?**
Nie mamy limitu czasu i każdy uczestnik może pokonać ją w dowolnym tempie. Boisz się, że będziesz ostatni(a)? W parkrun nikt nie jest ostatni. Na końcu stawki mamy zawsze wolontariusza, który przekracza linię mety jako ostatni uczestnik. Wszyscy uczestniczymy w parkrun dla przyjemności a każdy uczestnik niezależnie od formy, umiejętności czy też rezultatów jest tak samo mile widziany w ramach parkrun.

Parkrun organizowany jest przez samych uczestników. Zachęcamy do wsparcia organizacji naszych spotkań w charakterze wolontariusza. Zgłoś się adres opole@ parkrun [dot] com i wesprzyj naszą społeczność.

Bezpieczeństwo uczestników
Jako organizacja, kładziemy szczególny nacisk na ochronę nieletnich oraz osób w kryzysie. W celu zapoznania się z naszą polityką oraz procedurami w tym zakresie prosimy odwiedzić naszą Platformę dot. Ochrony Uczestników (Safeguarding Hub).

W celu zgłoszenia zdarzenia związanego z ochroną nieletnich lub osób w kryzysie, prosimy przesłać je na adres safeguarding@parkrun [dot] com.

Tagi
parkrun