**Aktywne weekendy biegowo-rowerowe czyli Bike Maraton + Super Bieg**

**Można połączyć dwie pasje w jedno, albo wybrać tylko bieganie lub kolarstwo. Wyścigi MTB spod znaku Bike Maraton oraz zawody Runner's World Super Bieg w większości przypadków odbywają się w jednej miejscowości w ten sam weekend. To imprezy dla wszystkich - i dla amatorów, i dla zawodników elity. Objęte są patronatem programu Regatta RUSZ SIĘ!.**

Bike Maraton to najstarszy i najbardziej prestiżowy cykl maratonów MTB w Polsce. Impreza, która wystartowała po raz pierwszy w 2001 roku, wkrótce przekształciła się w cykl maratonów rowerowych, w których udział biorą tysiące ludzi.

Znakiem rozpoznawczym Bike Maratonu są trzy dystanse, które zawsze czekają na uczestników: MINI – zawsze najkrótszy i najłatwiejszy (ok. 20 km), MEGA – środkowy, już dla tych bardziej zaawansowanych (50 – 60 km) oraz GIGA – najdłuższy, najtrudniejszy, z największymi przewyższeniami (nawet ponad 80 km). Każdy znajdzie coś dla siebie, a decyzję co do wyboru dystansu można podjąć na trasie. W zawodach startują zarówno ci, którzy jeżdżą na rowerach górskich turystycznie i amatorsko, jak i zawodnicy, którzy walczą w Mistrzostwach Polski, Pucharze Polski, a na co dzień ścigają się w silnych teamach i narodowej kadrze.

Kolejne edycje Bike Maratonu zachowują jednak cały czas swoją specyfikę - to spotkania przyjaciół, pasjonatów i znajomych oraz rodzinne pikniki, pełne śmiechu i radości. Sportowa i bezpieczna przygoda dostępna jest dla wszystkich rowerzystów – czeka na nich zabezpieczona i oznaczona trasa, z punktami żywieniowymi, zapleczem medycznym, posiłkiem dla zawodników i przyjazną sportową atmosferą.

W oparciu o doświadczenia Bike Maratonu, ale z zachowaniem specyfiki imprez biegowych i różnic między bieganiem a kolarstwem powstał nowy cykl biegowy Runner's World Super Bieg, który zadebiutował w 2016 roku.

Większą część cyklu stanowią biegi górskie, natomiast te, które odbywają się na ulicy, są wymyślone w sposób, który odróżnia je od innych szosowych biegów. Z założenia są „biegami z pomysłem” - w nowych, atrakcyjnych miejscach, na malowniczych, często wymagających trasach, na uboczu, daleko od dużych miast. Biegi odbywają się na jednej dużej pętli, często na trasie między kilkoma miejscowościami, są kameralne i atrakcyjne widokowo. Dostępne dla biegaczy dystanse to: półmaratony (zazwyczaj górskie, stanowią ambitne wyzwanie nawet dla doświadczonych górskich biegaczy) oraz „dychy” (ułożone i pomyślane jako biegi dla wszystkich – również dla tych, którzy przygodę z bieganiem w górach dopiero zaczynają).

Tak więc w wielu miejscowościach mamy jednego dnia maraton MTB, a drugiego bieg górski (lub uliczny). Szczegółowe kalendarium przedstawiamy poniżej.

Bike Maraton i Runner's World Super Bieg 2017

8 kwietnia BM / 9 kwietnia RWSB - Miękinia

22 kwietnia BM / 23 kwietnia RWSB - Zdzieszowice

1 maja tylko RWSB! - Jelenia Góra

6 maja BM / 7 maja RWSB - Polanica – Zdrój

20 maja BM / 21 maja RWSB - Wisła

4 czerwca Jelenia Góra tylko BM! (UCI Marathon Series)

10 czerwca Interferie RUN tylko RWSB! - Szklarska Poręba – Świeradów - Zdrój

17 czerwca BM / 18 czerwca RWSB - Ludwikowice Kłodzkie

8 lipca tylko BM! - Szklarska Poręba

22 lipca BM / 23 lipca RWSB - Bielawa

6 sierpnia tylko BM! - Obiszów

9 września BM / 10 września RWSB - Wałbrzych

23 września tylko BM! - Kielce Bike Expo (MP XCM)

7 października BM / 8 października RWSB (dodatkowy dystans 2,7 km) - Świeradów - Zdrój

Na wydarzeniach Regatta będzie obecna ze swoim stoiskiem, na którym będzie można nie tylko zakupić towary z bardzo atrakcyjnymi rabatami, ale także czekają niespodzianki dla najmłodszych i ich rodziców.

Więcej informacji:

http://bikemaraton.com.pl/,

http://superbieg.pl

Wykaz imprez wspieranych przez Regatta „RUSZ SIĘ” oraz formularz zgłoszeń na stronie: http://ruszsie.org/