



**GDYNIA
ULTRA WAY**



RACEBOOK

**GDYNIA ULTRA WAY
SUMMER RACE**

26-27.06.2026

SPIS TREŚCI

GWIAZDA PÓŁNOCY	6
GDYŃSKA SETKA STULECIA	7
KLIFY O PORANKU	8
SŁONECZNE POPOŁUDNIE	9
NADMORSKI MENDEL	10
LIMITY CZASOWE ORAZ PUNKTY ODŻYWCZE/KONTROLNE	13
PUNKTY ŻYWIENIOWE	18
BIURO ZAWODÓW	26
DODATKOWE INFORMACJE	27
FAQ	32

DYREKTOR ZAWODÓW

Dariusz Rewers
kontakt@ultra-way.pl
+48 506 708 704

KIEROWNIK TRAS

Jerzy Gniotyński
trasy@ultra-way.pl
+48 505 083 527

BIURO ZAWODÓW

Katarzyna Soszyńska
biuro@ultra-way.pl
+48 512 255 220

SĘDZIA GŁÓWNY

Piotr Szwedka
sedzia@ultra-way.pl
+48 609 772 275

MARKETING

Katarzyna Soszyńska
marketing@ultra-way.pl
+48 512 255 220

ZABEZPIECZENIE MEDYCZNE

+48 790 646 155

FUNDACJA ULTRA WAY

ul. Dembińskiego 90
81-237 Gdynia
NIP 588 247 55 86
KRS 0000940265



Festiwal Biegowy ULTRA WAY to 2-dniowe wydarzenie łączące rywalizację, sport, przepiękne tereny, dobrą zabawę i pozytywną dawkę emocji. Pojezierze Kaszubskie to bezsprzecznie jeden z najciekawszych regionów Polski. Niech Was nie zwiedzie myśl, że jest tu płasko. Znajdziecie tu wszystko, co może dać człowiekowi natura w najprostszej i najpiękniejszej odsłonie: zatoka, wydmy, klify nadmorskie, plaża, góry, pomniki przyrody, miejsca męczeństwa ludności w czasie II wojny światowej, piękne, zapierające dech w piersiach panoramy.

No i oczywiście najpiękniejsze wschody słońca. Kto przeżył tę przygodę raz, z całą pewnością wróci a my z roku na rok dokładamy wszelkich starań aby Wasze wrażenia były niezapomniane w myśl zasady, że biegacz dostaje od świata więcej.

Mamy do zaoferowania różne trasy trailowe Północnych Kaszub od 14 km do 160 km, aby każdy mógł doświadczyć tych niezwykłych chwil i stać się częścią naszej społeczności.

SPONSOR STRATEGICZNY



ZIAJA SPORT

EKSPRESOWE WSPARCIE
I NAWILŻENIE SKÓRY
DLA NIEJ I DLA NIEGO



 POCZUJ  DZIAŁAJ  BĄDŹ

ALE wspiera

TWOJE SZCZYTNY MOŻLIWOŚCI

ale
ACTIVE LIFE ENERGY



NAWODNIENIE



ENERGIA



WSPARCIE

SPRAWDŹ NA DOZ.PL

ale
ACTIVE LIFE ENERGY

DUMNY PARTNER



**GDYNIA
ULTRA WAY**

GWIAZDA PÓŁNOCY

★ 160 km+

Dystans

163 km

Przewyższenia

+/- 2403 m

Limit ukończenia dystansu:

31 godzin, tj. do godziny 17:00 dnia 27.06.2026 r.

ITRA

5 pkt

Górskie

3 pkt

UTMB

QUALIFIER 100M

START

PUCK - STARY RYNEK

data 26.06.2026 r. godzina 10:00

UWAGA!! Na start zawodników dowiozą autokary sprzed Gdyńskiego Centrum Sportu

META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10

POBIERZ TRASĘ

<https://www.traseo.pl/trasa/gwiazda-polnocy-aa6-km-2>



GDYŃSKA SETKA STULECIA

☾ 100 km+

Dystans

100 km

ITRA

4 pkt

Przewyższenia

+/- 2120 m

Górskie

4 pkt

Limit ukończenia dystansu:

20 godzin, tj. do godziny 17:00
dnia 27.06.2026 r.

UTMB

QUALIFIER 100K

START

GDYNIA, BULWAR NADMORSKI

AL. Piłsudskiego (Skwer Arki Gdynia)
data 26.06.2026 r. godzina 21:00

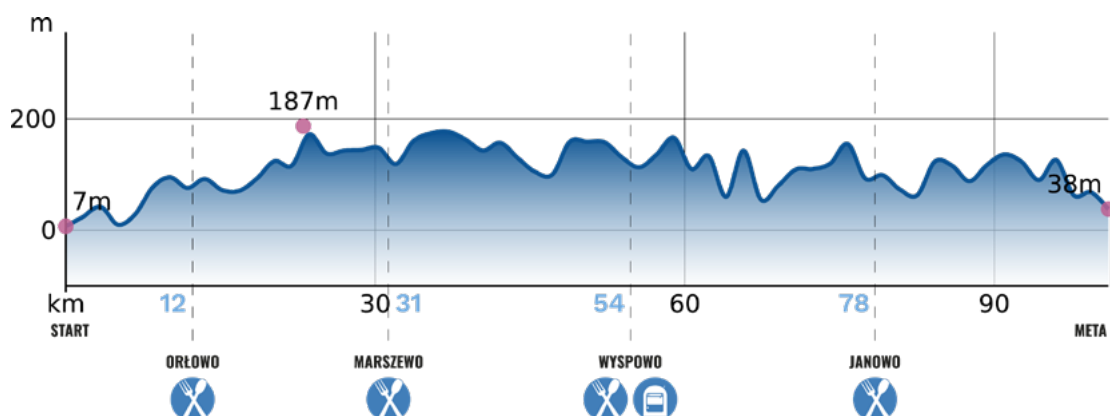
META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10

POBIERZ TRASĘ

<https://www.traseo.pl/trasa/gdyska-setka-stulecia-aa-km-3>



KLIFY O PORANKU

 50 km+

Dystans

50 km

Przewyższenia

+/- 1087 m

Limit ukończenia dystansu:

11 godzin, tj. do godziny 17:00
dnia 27.06.2026 r.

ITRA

2 pkt

Górskie

3 pkt

UTMB

QUALIFIER 50M

START

GDYNIA, BULWAR NADMORSKI

AL. Piłsudskiego (Skwer Arki Gdynia)
data 27.06.2026 r. godzina 6:00

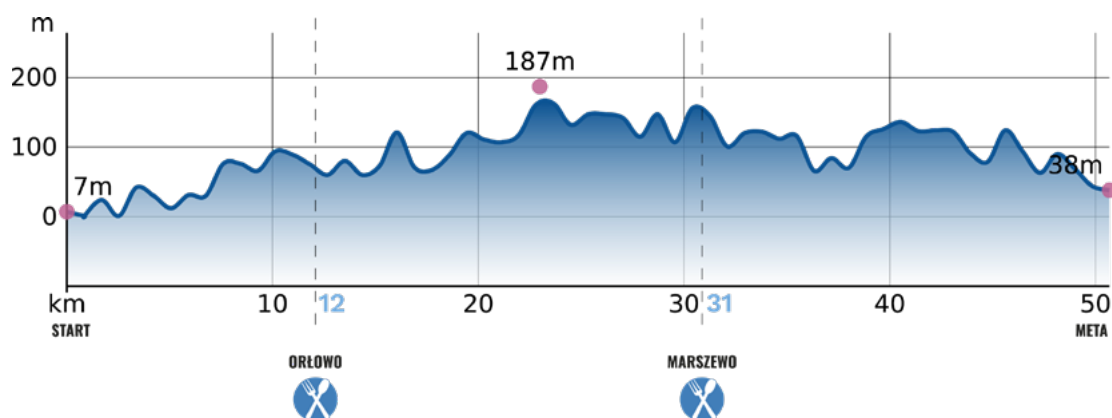
META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10

POBIERZ TRASĘ

<https://www.traseo.pl/trasa/klify-o-poranku-50-km-2-km-3>



SŁONECZNE POPOŁUDNIE



27 km+

Dystans

27 km

ITRA

1 pkt

Przewyższenia

+/- 599 m

Górskie

3 pkt

Limit ukończenia dystansu:

5 godzin, tj. do godziny 17:00
dnia 27.06.2026 r.

UTMB

QUALIFIER 20M

START

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10
data 27.06.2026 r. godzina 12:00

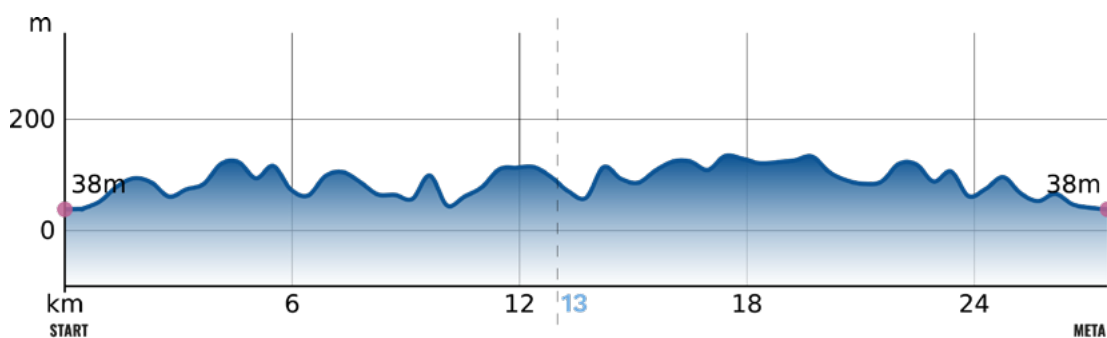
META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10

POBIERZ TRASĘ

<https://www.traseo.pl/trasa/sloneczne-popoludnie-27-km-2>



LESZCZYŃKI



NADMORSKI MENDEL

14 km+

Dystans

14 km

Przewyższenia

+/- 299 m

Limit ukończenia dystansu:

4 godziny, tj. do godziny 17:00
dnia 27.06.2026 r.

START

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10
data 27.06.2026 r. godzina 13:00

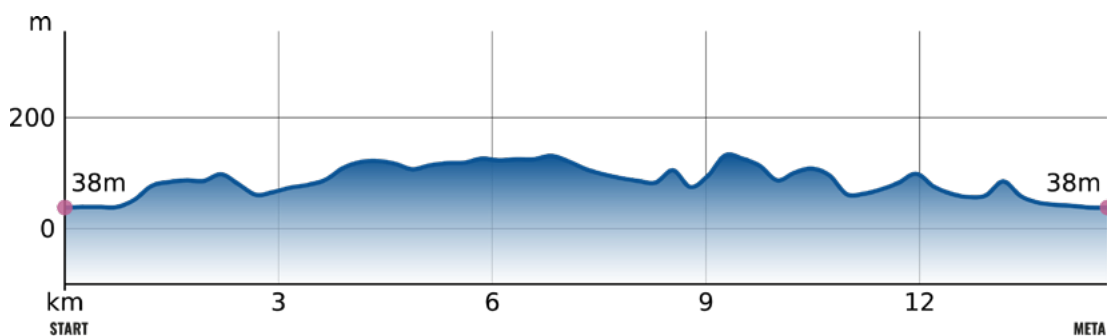
META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10

POBIERZ TRASĘ

<https://www.traseo.pl/trasa/nadmorski-mendel-14-km-2km-2>





Herbalife

herbalife.pl  [herbalife_polska](https://www.instagram.com/herbalife_polska)  [herbalife.pl](https://www.facebook.com/herbalife.pl)

OBIERZ SWÓJ AZYMUT!

eAzymut.PL

Sieć salonów z elektroniką sportową, która pasuje do Twojego stylu życia, niezależnie od dyscypliny sportu.

WARSZAWA · GDYNIA · RZESZÓW
SZCZECIN · KRAKÓW · WROCŁAW

☎ 22 827 00 05 ✉ sklep@eazymut.pl

Szeroki wybór zegarków i urządzeń nawigacyjnych GPS Garmin. Niezależnie od tego, czy uwielbiasz biegać, jesteś zapalonym kolarzem, czy pasjonatem wędrówek pieszych.



Zegarki sportowe, seria liczników rowerowych Garmin Edge, radary rowerowe i oświetlenie Garmin Varia oraz czujniki mocy Garmin Rally, które pomogą doskonalić Twoje osiągnięcia podczas aktywności i zapewnią bezpieczeństwo. Serie urządzeń Garmin eTrex, GPSMAP oraz Montana stworzone dla miłośników pieszych wędrówek.



Szukasz czegoś więcej? **Napisz do nas!**
Z przyjemnością pomożemy Ci znaleźć idealne rozwiązanie dopasowane do Twoich potrzeb.

Na większość urządzeń marki Garmin oferujemy **WYDŁUŻONĄ GWARANCJĘ**



GARMIN.

Tacx

SUUNTO

COROS

 **LIDER
BRANŻY**

 **32 LATA
NA RYNKU**

WYSYŁKA
w24h 

 **30 DNI
NA ZWROT**

 **PUNKTY
ODBIORU**

LIMITY CZASOWE ORAZ PUNKTY ODŻYWCZE/KONTROLNE

Na trasie biegu, będą ustawione punkty odżywcze oraz punkty nawadniania – które są jednocześnie punktami kontrolnymi z limitami czasowymi na cały bieg oraz odcinki. Przekroczenie ustalonego czasu, będzie skutkowało dyskwalifikacją uczestnika.

GWIAZDA PÓŁNOCY 160 KM+

START

PUCK - STARY RYNEK

data 26.06.2026 r. godzina 10:00

UWAGA!! Na start zawodników dowiozą autokary sprzed Gdyńskiego Centrum Sportu – Narodowy Stadion Rugby, Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10 (TRANSPORT PŁATNY)

Punkt 1

Reda Betlejem (25 km)

limit 4h00, tj. do godz. 14:00

Punkt 2

Jezioro Dobre (50 km)

limit 4h00, tj. do godz. 18:00

Punkt 3

Reda Betlejem (72 km)

limit 4h00, tj. do godz. 22:00 – PRZEPAK

Punkt 4

Okuniewo (98 km)

limit 5h00, tj. do godz. 03:00

Punkt 5

Wyspowo (116 km)

limit 4h00, tj. do godz. 07:00 – PRZEPAK

Punkt 6

Janowo (140 km)

limit 5h00, tj. do godz. 12:00

META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10

LIMIT 31 godzin, tj. do godziny 17:00 dnia 27.06.2026 r.

GDYŃSKA SETKA STULECIA 100 KM+

START

GDYNIA, BULWAR NADMORSKI
AL. Piłsudskiego (Skwer Arki Gdynia)
data 26.06.2026 r. godzina 21:00

Punkt 1

Orłowo (12,0 km)
limit 2h30, tj. do godz. 00:00

Punkt 2

Marszewo (31,0 km)
limit 3h30, tj. do godz. 03:00

Punkt 3

Wyspowo (54,0 km)
limit 4h00, tj. do godz. 07:00 – *PRZEPAK*

Punkt 4

Janowo (78,0 km)
limit 5h00, tj. do godz. 12:00

META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU
Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10
LIMIT 20 godzin. tj. do godziny 17:00 dnia 27.06.2026 r.

KLIFY O PORANKU 50 KM+

START

GDYNIA, BULWAR NADMORSKI
AL. Piłsudskiego (Skwer Arki Gdynia)
data 27.06.2026 o godz. 6:00

Punkt 1

Orłowo (12,0 km)
limit 2h30, tj. do godz. 8:30

Punkt 2

Marszewo (31,0 km)
limit 3h30, tj. do godz. 12:00

META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU
Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10
LIMIT 11 godzin tj. do godziny 17:00 dnia 27.06.2026 r.

SŁONECZNE POPOŁUDNIE 27 KM+

START

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10
data 27.06.2026 r. godzina 12:00

Punkt 1

Leszczyнки (13 km)

limit 2h00, tj. do godz. 14:00

META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10
LIMIT 5 godzin, tj. do godziny 17:00 dnia 27.06.2026 r.

NADMORSKI MENDEL 14 KM

START

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10
data 27.06.2026 r. godzina 13:00

META

GDYŃSKIE CENTRUM SPORTU

Narodowy Stadion Rugby Gdynia ul. Kazimierza Górskiego 10
LIMIT 4 godziny, tj. do godziny 17:00 dnia 27.06.2026 r.

BRUBECK[®]

B O D Y + G U A R D



3D PRO

Gdy pogoda zmienia zasady,
Ty trzymaj tempo.



SEAMLESS
TECHNOLOGY



QUICK
DRY



THERMAL
COMFORT



3D
TECHNOLOGY



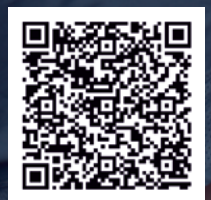
HIGH-TECH
MICROFIBERS



MOISTURE
TRANSPORT



MADE IN
POLAND



www.brubeck.pl

1/2 LITRA PIWA ZAWIERA 25 GRAMÓW
CZYSTEGO ALKOHOLU ETYLOWEGO

SPRZEDAŻ ALKOHOLU OSOBOM DO LAT 18
JEST PRZESTĘPSTWEM

194[®]
Amber
BROWAR



PUNKTY ŻYWIENIOWE

GWIAZDA PÓŁNOCY 160 KM+

Punkt 1

REDA BETLEJEM (25 km)

PRODUKTY I NAPOJE

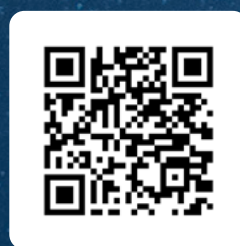
- » woda,
- » cola,
- » izo,
- » herbata, kawa,
- » banany, pomarańcze,
- » wypieki słodkie,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski sone,
- » kabanosy.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°36'58.0"N 18°19'14.5"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 14:00

Punkt 2

JEZIORO DOBRE (50 km)

PRODUKTY I NAPOJE

- » woda,
- » cola,
- » izo ale,
- » żele ale,
- » herbata, kawa,
- » banany,
- » wypieki słodkie,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski sone,
- » kabanosy,
- » kiełbasa,
- » ser,
- » zupa.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°42'55.0"N 18°10'08.0"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 18:00

GWIAZDA PÓŁNOCY 160 KM+

Punkt 3

REDA BETLEJEM (72 km) - PRZEPAK

PRODUKTY I NAPOJE

- » woda,
- » cola,
- » izo,
- » herbata, kawa,
- » banany, pomarańcze,
- » wypieki słodkie,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski sone,
- » kabanosy,
- » bułki maślane (ser, wędliny, masło orzechowe, dżem).

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°36'58.0"N 18°19'14.5"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 22:00

Punkt 4

OKUNIEWO (98 km)

PRODUKTY I NAPOJE

- » woda,
- » cola,
- » izo,
- » żele ale,
- » herbata, kawa,
- » banany,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski sone,
- » kabanosy,
- » bułki maślane (ser, wędliny, masło orzechowe, dżem),
- » zupa.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°29'17.5"N 18°16'26.3"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 03:00

GWIAZDA PÓŁNOCY 160 KM+

Punkt 5

WYSPOWO (115 km) - PRZEPAK

PRODUKTY I NAPOJE

- » woda,
- » cola,
- » izo,
- » żele ale,
- » herbata, kawa,
- » banany,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski słone,
- » kabanosy,
- » ser,
- » bułki maślane (ser, wędliny, masło orzechowe, dżem).

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°33'06.3"N 18°18'21.3"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 07:00

Punkt 6

JANOWO (139 km)

PRODUKTY I NAPOJE

- » woda,
- » cola,
- » izo ale,
- » herbata, kawa,
- » pomarańcze,
- » wypieki słodkie,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski słone,
- » kabanosy,
- » ser,
- » zupa.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°33'23.6"N 18°24'23.1"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 12:00

GDYŃSKA SETKA STULECIA 100 KM+

Punkt 1

ORŁOWO (12 km)

PRODUKTY I NAPOJE

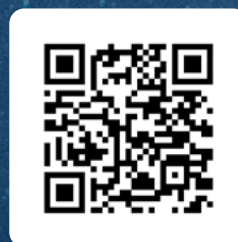
- » woda,
- » cola,
- » izo,
- » herbata, kawa,
- » banany,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski słone,
- » ser.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°28'57.8"N 18°31'32.7"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 00:00

Punkt 2

MARSZEWO - PUNKT ALE (31 km)

PRODUKTY I NAPOJE

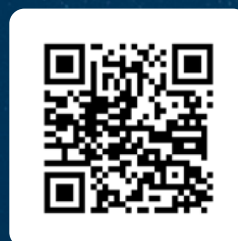
- » woda,
- » cola,
- » izo ale,
- » żele ale,
- » herbata, kawa,
- » banany,
- » pomarańcze,
- » wypieki słodkie,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski słone,
- » kabanosy,
- » ser,
- » zupa.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°31'13.7"N 18°25'04.3"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 03:00

GDYŃSKA SETKA STULECIA 100 KM+

Punkt 3

WYSPOWO (53 km) - PRZEPAK

PRODUKTY I NAPOJE

- » woda,
- » cola,
- » izo,
- » żele ale,
- » herbata, kawa,
- » banany,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski sone,
- » kabanosy,
- » ser,
- » bułki maślane (ser, wędliny, masło orzechowe, dżem).

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°33'06.3"N 18°18'21.3"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 07:00

Punkt 4

JANOWO (77 km)

PRODUKTY I NAPOJE

- » woda,
- » cola,
- » izo ale,
- » herbata, kawa,
- » pomarańcze,
- » wypieki słodkie,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski sone,
- » kabanosy,
- » ser,
- » zupa.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°33'23.6"N 18°24'23.1"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 12:00

KLIFY O PORANKU 50 KM+

Punkt 1

ORŁOWO (12 km)

PRODUKTY I NAPOJE

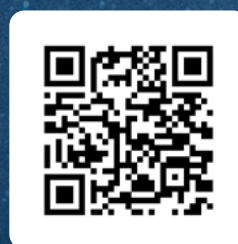
- » woda,
- » cola,
- » izo,
- » herbata, kawa,
- » banany,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski słone,
- » ser.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°28'57.8"N 18°31'32.7"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 08:30

Punkt 2

MARSZEWO - PUNKT ALE (31 km)

PRODUKTY I NAPOJE

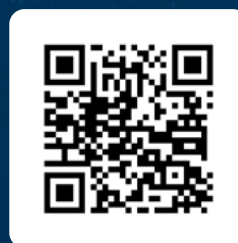
- » woda,
- » cola,
- » izo ale,
- » żele ale,
- » herbata, kawa,
- » banany,
- » pomarańcze,
- » wypieki słodkie,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski słone,
- » ser,
- » bułki maślane (ser, wędliny, masło orzechowe, dżem).

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°31'13.7"N 18°25'04.3"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 12:00

SŁONECZNE POPOŁUDNIE 27 KM+

Punkt 1

LESZCZYNKI (13 km)

PRODUKTY I NAPOJE

- » woda,
- » cola,
- » izo,
- » banany,
- » krówki / galaretki,
- » przekąski sone,
- » rodzyнки.

LOKALIZACJA

KLIKNIJ



lub zeskanuj kod QR



54°31'34.9"N 18°28'47.8"E

ZAMKNIĘCIE

godzina 14:00

INTEX[®]

LATO W TWOIM OGRODZIE

www.intexdevelopment.pl



BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów mieścić się będzie w na hali lekkoatletycznej na ulicy Olimpijskiej 7. W okolicach biura zawodów znajdować się będą Expo ze stoiskami, na których biegacze i kibice będą mogli kupić sprzęt, odżywki, maści regeneracyjne czy kompresje.

Godziny otwarcia biura (25-27 czerwca)

czwartek (25.06)

17:00 - 20:00

Odbiór pakietów startowych dla wszystkich dystansów (160 km, 100 km, 50 km, 27 km, 14 km).

piątek (26.06)

07:00 - 08:00

Dodatkowy odbiór pakietów wyłącznie dla dystansu 160 km.

17:00 - 20:00

Odbiór pakietów dla dystansów 100 km, 50 km, 27 km, 14 km.

sobota (27.06)

10:00 - 12:30

Odbiór pakietów dla dystansu 14 km, 27 km oraz Ultra Kids.

Pakiety Gdynia Ultra Kids można odbierać we wszystkie dni pracy biura zawodów.

 Zalecamy odbiór pakietów dzień przed startem swojego dystansu.



Lokalizacja biura

Olimpijska 7, 81-538 Gdynia

KLIKNIJ

lub zeskanuj kod QR



DODATKOWE INFORMACJE

Transport

Transport na start dystansu GWIAZDA PÓŁNOCY 160 KM+ odjeżdża z parkingu stadionu NSR Gdynia Kazimierza Górskiego 10 w **piątek o godzinie 8:00**. Transport jest płatny, obowiązują zapisy. Na transport można zapisać się w Biurze Zawodów lub poprzez stronę internetową: https://b4sportonline.pl/gdynia_ultra_way/zapisy_na_160km__gwiazda_polnocy

ZAPISZ SIĘ NA TRANSPORT



Przepaki/depozyt

- » W Centrum zawodów każdy UCZESTNIK zawodów może pozostawić depozyt.
- » Podczas zawodów będzie możliwość pozostawienia depozytów oraz przepaków w Biurze Zawodów, a także na startach dystansów GWIAZDA PÓŁNOCY 160 km+, GDYŃSKA SETKA STULECIA 100 km+ oraz KLIFY O PORANKU 50 km+.
- » Worki na depozyt będą wydane w Biurze Zawodów.
- » Pojemność worków to do 60l. Limit wagowy depozytu – do 3 kg/osobę.
- » Pamiętaj, aby nie oddawać depozytu bez oznaczenia go swoim numerem startowym.
- » Wydanie depozytu następuje wyłącznie za okazaniem numeru startowego lub dowodu osobistego.
- » Depozyty nie odebrane do końca trwania imprezy będą utylizowane.
- » Depozyty nie odebrane, nie będą wysyłane drogą pocztową.
- » Prosimy nie umieszczać w depozytach rzeczy kosztownych, dokumentów, itp.
- » Zabronione jest umieszczanie w workach pojemników szklanych oraz puszek z napojami.

Kolory worków

depozyt - niebieski

1 przepak 160 km (*Reda Betlejem*) – worek żółty

2 przepak 160 km (*Wyspowo*) – worek brązowy

1 przepak 100 km (*Wyspowo*) – worek zielony

DODATKOWE INFORMACJE

Dekoracja

Dekoracja odbędzie się na **Stadionie NSR Gdyńskiego Centrum Sportu** około godziny **17:30**.

Wyposażenie obowiązkowe

GWIAZDA PÓŁNOCY 160 km+ oraz **GDYŃSKA SETKA STULECIA 100 km+**

Wszystkie zele, batony itp., które UCZESTNIK zabiera na trasę muszą być podpisane numerem startowym UCZESTNIKA.

- » Kurs trasy (dostarczony przez organizatora) obowiązkowo wgrany w zegarek, telefon lub inne urządzenie do nawigacji;
- » Strój dopasowany do warunków atmosferycznych;
- » Czapka lub buff;
- » Plecak lub pas mieszczący całe wyposażenie obowiązkowe;
- » Pojemnik/pojemniki (bidony/bukłaki) mieszczący min. 1 litr płynów;
- » Działający, włączony, naładowany telefon komórkowy z zapisanym nr telefonu do organizatora;
- » Kurtka wiatrówka;
- » Lampka czołówka z białym światłem (z naładowanymi bateriami);
- » Folia NRC;
- » Numer startowy wraz z chipem;
- » Dowód tożsamości;
- » Minimum 50 PLN w gotówce na drobne zakupy (sklepy po drodze dostępne);
- » Własny kubek/pojemnik (na punktach nie będzie plastikowych kubeczków).
- » Pojemnik/pojemniki (bidony/bukłaki) mieszczący min. 1,0 litra płynów – pojemniki muszą zawierać 1,0 litr płynów na wyjściu z każdego punktu.

ZALECANE

- » Wydrukowana mapa trasy (do ściągnięcia ze strony organizatora), organizator nie zapewnia map papierowych.

DODATKOWE INFORMACJE

KLIFY O PORANKU 50 km+ ORAZ SŁONECZNE POPOŁUDNIE 27 km+

Wszystkie żele, batony itp., które UCZESTNIK zabiera na trasę muszą być podpisane numerem startowym UCZESTNIKA.

- » Kurs trasy (dostarczony przez organizatora) wgrany w zegarek, telefon lub inne urządzenie do nawigacji;
- » Strój dopasowany do warunków atmosferycznych;
- » Plecak lub pas mieszczący całe wyposażenie obowiązkowe;
- » Pojemnik/pojemniki (bidony/bukłaki) mieszczący min. 1 litr płynów;
- » Działający, włączony, naładowany telefon komórkowy z zapisanym nr telefonu do organizatora;
- » Folia NRC;
- » Numer startowy wraz z chipem;
- » Dowód tożsamości;
- » Minimum 50 PLN w gotówce na drobne zakupy (sklepy po drodze dostępne);
- » Własny kubek/pojemnik (na punktach nie będzie plastikowych kubeczków);
- » Pojemnik/pojemniki (bidony/bukłaki) mieszczący min. 1,0 litra płynów – pojemniki muszą zawierać 1,0 litr płynów na wyjściu z każdego punktu.

ZALECANE

- » Wydrukowana mapa trasy (do ściągnięcia ze strony organizatora), organizator nie zapewnia map papierowych.
- » Czapka lub buff.

DODATKOWE INFORMACJE

NADMORSKI MENDEL 14 km+

Wszystkie żele, batony itp., które UCZESTNIK zabiera na trasę muszą być podpisane numerem startowym UCZESTNIKA.

- » Kurs trasy (dostarczony przez organizatora) wgrany w zegarek, telefon lub inne urządzenie do nawigacji;
- » Strój dopasowany do warunków atmosferycznych;
- » Numer startowy wraz z chipem;
- » Działający, włączony, naładowany telefon komórkowy z zapisanym nr telefonu do organizatora;

ZALECANE

- » Pojemnik/pojemniki (bidony/bukłaki) mieszczący min. 0,5 litra płynów - brak punktu nawadniającego na trasie;
- » Wydrukowana mapa trasy (do ściągnięcia ze strony organizatora), organizator nie zapewnia map papierowych.



Uwaga! Wyposażenie obowiązkowe (za wyjątkiem gotówki) należy posiadać przy sobie przez cały czas biegu.

FESTIWAL BIEGOWY ULTRA WAY



OKRĘGOWE PRZEDSIĘBIORSTWO
ENERGETYKI CIEPLNEJ Spółka z o.o.
81-213 Gdynia, ul. Opata Hackiego 14

Okręgowe Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej z siedzibą w Gdyni, to firma ze 100 proc. kapitałem polskim, której właścicielami są: Komunalny Związek Gmin „Dolina Redy i Chylonki” oraz Gmina Miasta Gdyni, Gmina Miasta Wejherowa i Gmina Miasta Rumi. OPEC w sposób nowoczesny, bezpieczny, niezawodny i przyjazny środowisku zapewnia ciepło mieszkańcom: Gdyni, Rumi, Redy i Wejherowa oraz części gminy Kosakowo, obsługując ponad 60 proc. mieszkańców i pokrywając około 70 proc. zapotrzebowania na energię ciepłą. OPEC konsekwentnie redukuje swój ślad węglowy, dążąc do bycia regionalną latarnią morską w obrębie zielonej transformacji. Nasze działania motywowane są społeczną odpowiedzialnością, z Klientem w centrum zdarzeń i z myślą o kolejnych pokoleniach.



OPECGDY.COM.PL

FAQ

Gdzie mogę zostawić przepaki i depozyty?

Depozyty i przepaki będzie można pozostawić również na starcie dystansów "Gwiazda Północy" i "Gdyńska Setka Stulecia", a na starcie "Klify o Poranku" będzie można zostawić przepak.

Czy w lesie są dzikie zwierzęta?

Tak.

Czy w miejscu pozostawienia przepaków i depozytów będzie można dostać worek?

Tak.

Czy na startach 160, 100 i 50 km będą dostępne toalety?

Tak, będą ustawione przenośne toalety.

Czy na mecie będą do dyspozycji zawodników szatnie i prysznice?

Tak, w budynku stadionu NSR będą szatnie i prysznice.

Czy będzie zapewniony transport dla osób schodzących z trasy na punktach?

Organizator nie zapewnia transportu z punktów do mety. Będzie można zabrać się z obsługą punktów po jego zamknięciu.

Co mam zrobić jak się zgubię na trasie lub nie będę widział oznaczeń trasy?

Każdy uczestnik ma obowiązek mieć wgrany kurs trasy w zegarek, telefon lub inne urządzenie służące do nawigacji. Jeśli się zgubisz, najlepiej zawrócić i udaj się do miejsca, gdzie oznaczenia ponownie będą widoczne.

Czy na punktach będą kubki i miski do ciepłych napoi i potraw?

Tak, będą.

Co zrobić jak spotka się w lesie fotografa?

Należy uśmiechać się i nie siadać. Biegnij dalej.

Czy wyposażenie obowiązkowe jest obowiązkowe?

Tak. Wyposażenie obowiązkowe jest obowiązkowe.

ZAPRASZAMY DO SALONÓW MINI ZDUNEK.



MINI ZDUNEK GDAŃSK
ul. Miałki Szlak 59,
80-717, Gdańsk

MINI ZDUNEK GDYNIA
ul. Druskiennicka 1A,
81-533, Gdynia



5 BŁĘDÓW REGENERACYJNYCH PO BIEGU

Przygotowanie do zawodów trwa miesiącami. Regeneracja po nich często kończy się po jednym dniu odpoczynku. To jeden z najczęstszych błędów popełnianych przez biegaczy wytrzymałościowych.

- 1**  **ZBYT SZYBKI POWRÓT DO INTENSYWNYCH TRENINGÓW**
Organizm potrzebuje czasu na odbudowę po długotrwałym wysiłku. Powrót do wysokich obciążeń treningowych zbyt wcześnie może wydłużyć regenerację i zwiększyć ryzyko przeciążeń.
- 2**  **IGNOROWANIE JAKOŚCI SNU**
To właśnie podczas snu zachodzi większość procesów naprawczych w organizmie. Po zawodach warto zadbać nie tylko o długość, ale również o jakość odpoczynku.
- 3**  **SKUPIANIE SIĘ WYŁĄCZNIE NA MIĘŚNIACH**
Regeneracja to nie tylko zmniejszenie zakwasów. Intensywny wysiłek wpływa także na układ nerwowy, koncentrację, poziom energii i ogólne samopoczucie.
- 4**  **NIEDOCENIANIE ZNACZENIA REGULARNEJ REGENERACJI**
Najlepsze efekty przynosi regeneracja prowadzona systematycznie przez cały sezon, a nie wyłącznie po najważniejszych startach.
- 5**  **TRAKTOWANIE ZMĘCZENIA JAKO NORMY**
Przewlekłe zmęczenie, problemy ze snem czy spadek motywacji treningowej nie zawsze są naturalną konsekwencją treningu. Często są sygnałem, że organizm potrzebuje większego wsparcia regeneracyjnego.

**BIEGAMY
DALEJ
RAZEM!**



REGENERACJA TO TEŻ TRENING

Wielogodzinny wysiłek to obciążenie dla mięśni, układu nerwowego i całego organizmu. Odpowiednia regeneracja pomaga szybciej wrócić do treningów, utrzymać regularność przygotowań i lepiej przygotować się do kolejnych wyzwań.

**SPECJALNA OFERTA
DLA UCZESTNIKÓW**

HASŁO: **ULTRA**



SESJA NORMOBARYCZNA

99 zł ZAMIAST ~~120 zł~~



KARNET 10 SESJI

890 zł ZAMIAST ~~1000 zł~~

Oferta ważna dla uczestników wydarzenia.

DLACZEGO WARTO?



WSPIERA
PROCES
REGENERACJI



POMAGA
ZMNIJSZYĆ
ZMĘCZENIE



PRZYGOTOWUJE
ORGANIZM
DO KOLEJNYCH
WYZWAŃ



WIĘCEJ ENERGII
NA TRENINGI
I CODZIEN



NORMOBARIA GDYNIA
Gdynia, Źródło Marii 45C



539 980 050
Umów wizytę



normogdynia.pl

PARTNER BIEGU



WSPÓŁORGANIZATOR

IMPREZA WSPÓŁFINANSOWANA ZE ŚRODKÓW WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



SPONSOR STRATEGICZNY



PATRONI HONOROWI



Patronat Honorowy
**PREZYDENT
MIASTA GDYNI**
Aleksandra Kosiorek

PATRONAT HONOROWY:



MIECZYŚLAW STRUK
MARSZAŁEK
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



PATRONAT HONOROWY

Rafał Siemaszko
POSEŁ NA SEJM RP



**POLSKI KOMITET
OLIMPIJSKI**

PODZIĘKOWANIA DLA SPONSORÓW

ale
ACTIVE LIFE ENERGY

ziaja

Herbalife



MINI ZDUNEK

SPECJALNOŚĆ
Amber
BROWAR
POMORZA

Dominik Miesny

I N T E X

 **opec**

eAzymut.PL

PODZIĘKOWANIA DLA SPONSORÓW

macon 

MeVo
— MNIE KRĘCI!

BRUBECK®
B O D Y + G U A R D


FACTORYMED
Centrum Rehabilitacji


G A L A K T Y K A


SPECTRATECH


NORMOBARIA
GDYNIA


NutriZone
Odzie zdrowie staje się
stylem życia!

 MBUS

PATRONI MEDIALNI





DOMINIK MIĘSNY



KIEŁBASY • SZYNKI • POŁĘDWICE • BOCZKI
• WĘDZONKI • WIEPRZOWINA • WOŁOWINA • DRÓB

www.dominik-miesny.pl

100-LECIE MIASTA GDYNIA

Rok 2026 będzie rokiem Gdyni – miasta z morza, marzeń i Kaszub! Senat Rzeczypospolitej Polskiej ogłosił go "Rokiem Miasta Gdyni", w uznaniu dla jej wyjątkowej roli w rozwoju Polski. W tym samym roku Gdynia będzie świętować 100-lecie nadania praw miejskich – stulecie nowoczesności, odwagi i dynamicznego rozwoju nad Bałtykiem. To miasto zbudowane wysiłkiem pokoleń – także kaszubskich – które do dziś nadają mu charakter i siłę 🤍



1926 **GDYNIA** 2026

GDYNIA ULTRA WAY WINTER RACE

16.01.2027

DYSTANSE

NOCNY JELEŃ 76 km+

TROPEM RYSIA 50 km+

DZIKI DUET 27 km+

NOCNY BIEG W PARACH

PÓŁ DZIKA 27 km+

INDYWIDUALNY

SZYBKA SARNA 10 km+

TURBO JEŻ 5 km+



RUSZAMY Z ZAPISAMI OD 28.06.2026

Do zobaczenia na biegu!

<https://ultra-way.pl/>

<https://www.facebook.com/GdyniaUltraWay>

kontakt@ultra-way.pl