

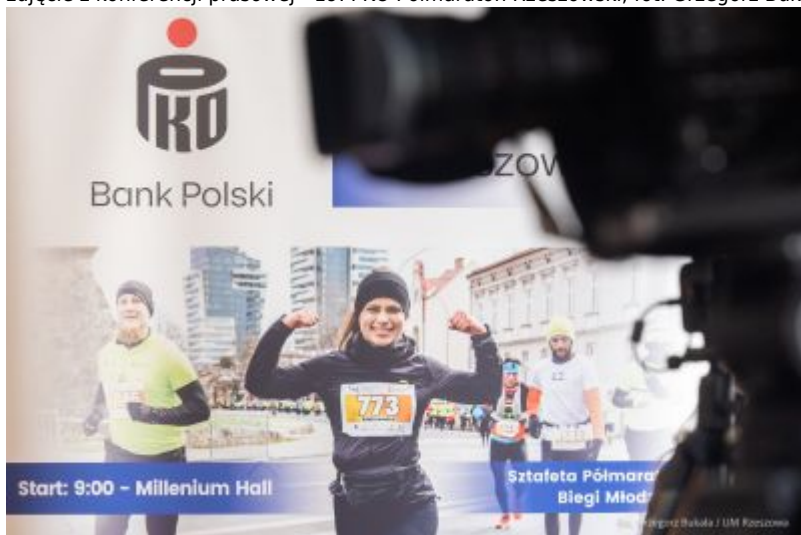
19. PKO Półmaraton Rzeszowski już w tę niedzielę



zdjęcie z konferencji prasowej - 19. PKO Półmaraton Rzeszowski, fot. Grzegorz Bukala, Urząd Miasta Rzeszowa



zdjęcie z konferencji prasowej - 19. PKO Półmaraton Rzeszowski, fot. Grzegorz Bukala, Urząd Miasta Rzeszowa



zdjęcie z konferencji prasowej - 19. PKO Półmaraton Rzeszowski, fot. Grzegorz Bukala, Urząd Miasta Rzeszowa



zdjęcie z konferencji prasowej - 19. PKO Półmaraton Rzeszowski, fot. Grzegorz Bukała, Urząd Miasta Rzeszowa



zdjęcie z konferencji prasowej - 19. PKO Półmaraton Rzeszowski, fot. Grzegorz Bukała, Urząd Miasta Rzeszowa



zdjęcie z konferencji prasowej - 19. PKO Półmaraton Rzeszowski, fot. Grzegorz Bukała, Urząd Miasta Rzeszowa



TRASA 19. PKO PÓLMARATONU RZESZOWSKIEGO

START: 12.04.2026 r. godz. 10:30



grafika z mapą trasy biegowej 19. PKO Półmaratonu Rzeszowskiego

W 19. PKO Półmaratonie Rzeszowskim pobiegnie aż 2,5 tys. osób. Będą to zawodnicy zarówno z Rzeszowa, a także z innych polskich miast takich jak m.in. Kraków, Lublin, Warszawa, Wrocław, Toruń, Gdańsk. Nie zabraknie sportowców z zagranicy.

- Organizując półmaraton bardzo łatwo skupić się na liczbach, ilu będzie zawodników, jakie będą wyniki, ale z punktu widzenia miasta, to jest coś więcej niż czysta statystyka, która z roku na rok jest coraz lepsza. Jesteśmy Europejskim Miastem Sportu 2026 i udowadniamy, że nasi mieszkańcy traktują sport nie jako dodatek, ale część życia. Odsetek osób, które są aktywne sportowo w Rzeszowie, to około 60 procent. Tymczasem 58 proc. to średnia Polski, a 62 proc. to średnia Unii Europejskiej. I ten nasz wskaźnik planujemy jeszcze poprawić – mówił wiceprezydent Rzeszowa, Marcin Deręgowski, podczas wtorkowej konferencji prasowej w Ratuszu.

Ranga imprezy z roku na rok jest wyższa. – PKO Półmaraton Rzeszowski wpisał się w kalendarz biegów ogólnopolskich, a nawet międzynarodowych, bo mamy wielu biegaczy z zagranicy, czy to z Ukrainy, Słowacji, przybywają też zawodnicy z Maroka, Kenii i z wielu innych krajów świata – podkreślił Mirosław Wierzbicki ze Stowarzyszenia Rzeszów Biega, Organizator Półmaratonu.

40 tys. zł do wzięcia

O godzinie 9 rozpoczną się biegi młodzieżowe - od przedszkolaka do klasy ósmej. Start w tych biegach jest bezpłatny. Na każdego uczestnika czeka drobny upominek na mecie i medal. Pierwsze szóstki w każdym biegu otrzymają jeszcze nagrody rzeczowe, puchary, dyplomy. - Także zapraszamy wszystkich dziadków, babcie, rodziców, szkoły, by zachęcali do wspólnej rywalizacji, zabawy, żeby zaszczyścić w dzieciach ducha sportu. Wystarczy przyjść do biura zawodów, odebrać karteczkę z numerem, przypiąć i dzieciaki już mogą biegać – zdradził Mirosław Wierzbicki.

O godz. 10.10 zaplanowana jest rozgrzewka z Matyldą Kowal, dwukrotną olimpijką (która też pobiegnie w półmaratonie).

Półmaraton wraz ze sztafetą półmaratońską wystartuje o godz. 10.30.

Dekoracja zawodników odbędzie się około godz.13.30. Pula nagród przekracza 40 tys. zł.

Gościem specjalnym imprezy będzie lekkoatletka Joanna Józwiak.

Są jeszcze ostatnie wolne pakiety startowe w biurze zawodów, gdzie będzie się jeszcze można zapisać do Półmaratonu.

Sponsor tytularny przedsięwzięcia PKO Bank Polski wspiera imprezę już dwunasty rok. Patronuje też akcji charytatywnej „Biegnę dla...”, która w tym roku wesprze fundację opiekującą się dziećmi z chorobami psychicznymi.

Utrudnienia w ruchu

W niedzielę od godziny 5.30 będą utrudnienia w ruchu. Od godziny 6.00 będzie zamknięta aleja Kopisto w obu kierunkach. O godzinie 9.30 nastąpi zamknięcie ulic: Szopena, Targowej, Gałęzowskiego, Mickiewicza, Słowackiego, Hetmańskiej. Na Piłsudskiego kierowcy będą mieli tylko jedną część alei. O godzinie 13.30 wszystkie ulice będą otwarte, oprócz alei Kopisto. Ta zostanie otwarta około godziny 14.30.

Jaki jest przebieg trasy?

- Startujemy na alei Kopisto, przebiegamy przez Most Zamkowy, skręcamy w ulicę Szopena, biegniemy Targową, Piłsudskiego. Po tej ostatniej będziemy poruszać się jednym pasem – pod prąd. Później biegniemy uliczkami Śródmieścia: Grunwaldzką, 3 Maja, Gałęzowskiego, Mickiewicza, przebiegamy przez Rynek. Następnie ulicą Słowackiego, do ulicy Szopena, przebiegamy koło Zamku do placu Śreniawitów i ulicą Hetmańską. Tu na wysokości Wincentego Pola zbiegamy na Bulwary Rzeszowskie, skąd biegniemy w stronę Zapory, gdzie będzie nawrotka i punkt z wodą. Potem biegniemy w drugą stronę wzdłuż Wisłoka ścieżkami pieszo-rowerowymi do Mostu Lwowskiego, tam przebiegamy przez Most Lwowski na drugą stronę ścieżki pieszo-rowerowej i wybiegamy pod Mostem Zamkowym na aleję Kopisto. Na skwerze Millenium Hall będzie nawrotka. Tę pętlę biegacze pokonają 2 razy – wylicza Mirosław Wierzbicki.

Organizatorzy zachęcają do kibicowania, bo od tego wielu zaczyna swoją przygodę z bieganiem.

W konferencji promującej imprezę uczestniczyli również: Piotr Kowal ze Stowarzyszenia Rzeszów Biega oraz Jarosław Gutowski, dyrektor Wydziału Sportu i Rekreacji Urzędu Miasta

Rzeszowa.

19. PKO Półmaraton Rzeszowski - niedziela 12.04.2026 r.

09.00 - Biegi młodzieżowe

09.50 - odprawa Sztafet Półmaratońskich obok sceny w C.H. Millenium Hall,

10.10 - wspólna rozgrzewka - okolice startu, al. Kopisto obok C.H. Millenium Hall,

10.30 - start biegu Półmaraton oraz Sztafeta Półmaratońska (trasa biegu ma 2 pętle),

13.20 - dekoracja (może ulec przyśpieszeniu po przybiegnięciu ostatniego zawodnika),

Po dekoracji wśród uczestników biegu głównego zostaną rozlosowane atrakcyjne nagrody.

Start będzie znajdował się na al. Kopisto obok C.H. Millenium Hall,

Meta będzie znajdowała się na skwerze C.H. Millenium Hall,

BIURO ZAWODÓW w C.H. Millenium Hall obok stoiska Pizza Hut (poziom 0)

Godziny pracy biura:

- sobota 11.04. w godz. 15.00 - 18.00,

- niedziela 12.04. od godz. 7.30