



6 czerwca 2026

☾ Nocna Dycha Kopernika 2026

Wszystko, co musisz wiedzieć przed startem

☾ KIEDY I GDZIE ?

Data: sobota, 6 czerwca 2026 r.

Miejsce startu 10 km: Galeria Copernicus, ul. Żółkiewskiego 15, Toruń

Miejsce startu 5 km i Nordic Walking: Most im. Józefa Piłsudskiego / Camping Tramp, ul. Dybowska, Toruń

Meta (wszystkie dystanse): Stadion Miejski, ul. Bema 23/29 Toruń

☾ GODZINY STARTÓW I LIMITY CZASU

Dystans	Godzina startu	Limit czasu
10 km	22:00	1 godz. 20 min
5 km	22:10	50 min
Nordic Walking	22:10	60 min

Dekorację zawodników planujemy rozpocząć o godz. 23:00 na Stadionie Miejskim, w okolicy mety biegu.

REJESTRACJA I OPŁATY

Zapisy wyłącznie online: elektronicznezapisy.pl/event/14935.html

Płatności: karta, e-przelew tylko online, lub w biurze zawodów gotówką.

Limit uczestników: **1000 osób**.

Cennik opłat startowych (dotyczy wszystkich dystansów łącznie):

Kolejność zapisu	Opłata
1-50 uczestników	79zł
51-200 uczestników	89zł
201-300 uczestników	109zł
301-400 uczestników	119zł
401-500 uczestników	129zł
501-600 uczestników	140zł
601-1000 uczestników	150zł
Biuro zawodów (max 50 miejsc)	180 zł - gotówka

Kolejność liczy się według uczestników ze statusem „opłacony”. Jeśli nie opłacisz zapisu od razu, cena może wzrosnąć z powodu zmiany progów.

BIURO ZAWODÓW

Lokalizacja: Galeria Copernicus, ul. Żółkiewskiego 15 - Plac Rotundy - główne wejście

Godziny otwarcia: 6 czerwca 2026, godz. Od 15:30 do 21:30

Do odbioru pakietu startowego niezbędny jest dowód osobisty lub inny dokument tożsamości ze zdjęciem.



Odbiór pakietu za inną osobę: kserokopia dokumentu tożsamości tej osoby + pisemne upoważnienie (wzór dostępny na stronie nocnadycha.com w zakładce „Przydatne informacje”).

PAKIET STARTOWY I META

Każdy opłacony uczestnik w biurze zawodów odbiera:

Numer startowym z przyklejonym chipem pomiarowym - upominki od sponsorów

Na mecie każdy biegacz otrzyma (na podstawie numeru startowego): wodę lub herbatę, baton

Pamiątkowy medal dla każdego, kto ukończy bieg w limicie czasu. Jeśli z przyczyn niezależnych od organizatora zabraknie medali, zostaną wysłane na adres uczestnika w ciągu 30 dni od daty imprezy - na koszt organizatora.

TRASA

10 km Trasa prowadzi przez Bulwar Filadelfijski, Most im. J. Piłsudskiego, Dolinę Marzeń, Ogród Muzyków i zakamarki Bydgoskiego Przedmieścia. Trasa z certyfikatem ATEST - każdy kilometr mierzony i zatwierdzony. Oznakowanie co 1 km.

5 km i Nordic Walking Start z Mostu im. Józefa Piłsudskiego / Campingu Tramp. Meta wspólna - Stadion Miejski, ul. Bema 23/29.

Punkt odżywczy: kilometr 6 na trasie 10 km oraz na mecie dla wszystkich dystansów.

Szczegółowe mapy tras: nocnadycha.com/trasa

DEPOZYT RZECZY

Organizator zapewnia depozyt - BUS na parkingu Galerii Copernicus od godziny 21.30 do 21:55 (ul. Żółkiewskiego 15), który z rzeczami zawodników dojedzie na Stadion Miejski (ul. Bema 23/29).

Jak to działa:

1. Wolontariusz wyda worek z numerem przypisanym do Twojego numeru startowego.
2. Spakuj rzeczy i samodzielnie zawiąż worek - numer musi być dobrze widoczny.
3. Zawiązany worek oddaj wolontariuszowi.
4. Po biegu odbierz worek okazując numer startowy.

PARKINGI

Polecane miejsca parkingowe w pobliżu startu:

- Arena Toruń - Hala Sportowo-Widowiskowa
- Parking przy Kortach Tenisowych MOSiR
- Parking przy Paluszek Bema / Lewiatan

KLASYFIKACJE I NAGRODY

Nocna Dycha i Nocna Piątka Kopernika

Klasyfikacja generalna kobiety i mężczyźni oddzielnie (miejsca I–III).

Klasyfikacja wiekowa - według roku urodzenia, nagradzane I miejsce w każdej kategorii:

Kategoria wiekowa	Przedział wiekowy
K i M 15	15–17 lat
K i M 18	18–24 lata
K i M 25	25–29 lat
K i M 30	30–34 lata
K i M 35	35–39 lat
K i M 40	40–44 lata
K i M 45	45–49 lat
K i M 50	50–54 lata
K i M 55	55–59 lat
K i M 60	60–64 lata
K i M 65	65–69 lat
K i M 70	70 i więcej lat

Zawodnik, który zdobywa nagrodę w klasyfikacji generalnej, nie otrzymuje dodatkowo nagrody w kategorii wiekowej.

Mistrzostwa Miasta Torunia (dystans 10 km) : klasyfikacja kobiet i mężczyzn (I–III).

Warunek: zgłoszenie na stronie nocnadycha.com.

Drużynowe Mistrzostwa (dystanse: 5 km i 10 km)

- Drużyna musi liczyć minimum 4 osoby, w tym co najmniej jedną kobietę.
- Na każdym dystansie może wystartować maksymalnie 6 zawodników z jednej drużyny.
- Klasyfikacja drużynowa opiera się na sumie czterech najlepszych czasów netto, w tym przynajmniej jednego wyniku kobiety.
- Zgłoszenia drużyny należy dokonać w dniu zawodów w biurze obsługi pomiaru czasu.
- Warunkiem udziału jest opłacenie startów przez wszystkich członków drużyny.

Klasyfikacja Nordic Walking - kobiety i mężczyźni oddzielnie (miejsca I–III).

BEZPIECZEŃSTWO I ZASADY NA TRASIE

Zasady uczestnictwa i bezpieczeństwa

- Każdy uczestnik bierze udział w biegu na własną odpowiedzialność oraz zobowiązany jest do podpisania odpowiedniego oświadczenia.
- Wydarzenie objęte jest ubezpieczeniem na zasadach ogólnych.

Zasady poruszania się na trasie (odcinki z ruchem samochodowym):

- Należy poruszać się prawym pasem ruchu.
 - Bezwzględnie należy stosować się do poleceń służb kierujących ruchem oraz wolontariuszy.
 - Zabronione jest poruszanie się po trasie rowerem lub jakimkolwiek pojazdem mechanicznym.
 - Przebywanie w strefie mety bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone.
 - Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania imprezy w przypadku wystąpienia siły wyższej wniesione opłaty startowe zostaną przeniesione na edycję w 2027 roku.
- Protesty dotyczące klasyfikacji: pisemnie w dniu zawodów, najpóźniej do godz. 24:00.
Reklamacje: torunskibiegmikolajow@gmail.com lub pisemnie w ciągu 7 dni od biegu.

PRAKTYCZNE WSKAZÓWKI (co zabrać, na co uważać)

Dobrze przygotowany start to większy komfort i bezpieczeństwo szczególnie podczas biegu nocnego. Sprawdź, o czym warto pamiętać

Co można zabrać ze sobą:

- Dowód osobisty – potrzebny do odbioru pakietu startowego
- Naładowany telefon – przydatny na trasie, zwłaszcza po zmroku
- Strój z elementami odblaskowymi – zwiększa widoczność i bezpieczeństwo
- Czołówkę lub latarkę – szczególnie na słabiej oświetlonych odcinkach
- Coś ciepłego na metę – czerwcowe noce potrafią być chłodne

Numer startowy:

Numer należy przypiąć z przodu, w widocznym miejscu. Chip do pomiaru czasu jest już do niego przymocowany nie należy go zginać ani zastaniać, aby zapewnić prawidłowy pomiar.

Dojazd i logistyka:

- Start i biuro zawodów (10 km): Galeria Copernicus, ul. Żółkiewskiego 15
- Meta: Stadion Miejski, ul. Bema 23/29
- Start i meta znajdują się w różnych lokalizacjach warto wcześniej zaplanować powrót.

Organizacja czasu:

Biuro zawodów otwarte jest od godziny 15:30. Zaleca się przyjazd z wyprzedzeniem, ponieważ bliżej godziny 21:00 mogą pojawić się kolejki. Najlepiej odebrać pakiet w godzinach 17:00–19:00.

Wyniki:

Pomiar czasu odbywa się elektronicznie (chip w numerze startowym). Wyniki będą dostępne online po zakończeniu biegu:

elektronicznezapisy.pl/event/14935/results.html

Dobre przygotowanie to spokojna głowa na starcie do zobaczenia na trasie! 🌙 🏃

BIEG WIRTUALNY

Nie możesz dotrzeć do Torunia? Weź udział wirtualnie!

Okno biegu od: 6–30 czerwca 2026 (wszystkie dystanse)

Jak to działa:

1. Zarejestruj się na elektronicznezapisy.pl/event/14935.html i wybierz opcję „Bieg wirtualny”.
2. Opłać startowe online.
3. Biegnij dowolnego dnia w oknie od 6–30 czerwca, gdziekolwiek jesteś.
4. Zarejestruj aktywność na Stravie, Garminie, Huawei Zdrowie, Endomondo, zegarku GPS lub innej aplikacji, pełna dowolność.
5. Zrób zrzut ekranu z widocznym wynikiem (dystans + czas).
6. Wynik, zdjęcie i dane prześlij przez formularz: nocnadycha.com/formularz-bieg-wirtualny termin do 30 czerwca 2026.

Po 30 czerwca (do 6 lipca) organizator wysyła: medal, pakiet startowy i koszulkę (jeśli była zamówiona i opłacona).

BIEG DZIECI „ODKRYWCY MOCY”

Zapraszamy najmłodszych na wyjątkowe sportowe wydarzenie – **bieg dziecięcy pełen radości, zabawy i pozytywnej energii!**

Data i godzina: 6 czerwca 2026, godz. 12:00

Miejsce: Parking Galerii Copernicus, ul. Żółkiewskiego 15

Zapisy: elektronicznezapisy.pl/event/15370.html

Biuro zawodów (dzieci): 9:30–11:45

Kategorie wiekowe i dystanse:

- 3–4 lata: 100 m (*Odkrywcy Uśmiechu*)
- 5–6 lat: 150 m (*Odkrywcy Energii*)
- 7–8 lat: 200 m (*Odkrywcy Odwagi*)
- 9–10 lat: 300 m (*Odkrywcy Wytrwałości*)
- 11–12 lat: 350 m (*Odkrywcy Prędkości*)
- 13–14 lat: 400 m (*Odkrywcy Mistrzostwa*)

Najmłodsze dzieci mogą pokonać trasę w towarzystwie rodzica, a **każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal.**

Zachęcamy do wspólnej zabawy i odrobiny kreatywności – **peleryny, maski czy „koszulki mocy” mile widziane!** Niech każde dziecko pokaże swoją supermoc.

W programie m.in.:

- wspólna rozgrzewka
- oprawa muzyczna (bębnarze)
- strefa atrakcji dla dzieci
- ścianka do pamiątkowych zdjęć

To idealna okazja, by całe rodziny spędziły aktywnie dzień – dzieci na trasie w południe, a dorośli wieczorem na starcie Nocnej Dychy.

WAŻNE LINKI I KONTAKT



[Strona biegu](#)



[Lista startowa](#)



[Trasy](#)



[Facebook](#)



[Zapisy \(stacjonarny\)](#)



[Regulamin](#)



[Formularz biegu wirtualnego](#)



[Kontakt / reklamacje](#)
torunskibiegmikolajow@gmail.com



STOWARZYSZENIE
MARATON
TORUŃSKI

Organizator



ul. Mickiewicza 142/4, 87-100 Toruń



NIP: 9562182933 Dyrektor: Rafał Flis

Bądź częścią tej historii.

Zapisy już trwają



STOWARZYSZENIE
MARATON
TORUŃSKI