Warszawa, 20 marca 2025 r.

**Ruszyły zapisy na 33. Bieg Konstytucji 3 Maja!**

**Rozpoczęła się rejestracja na 33. Bieg Konstytucji 3 Maja, który jest wydarzeniem łączącym tradycję, historię oraz sportową pasję. To pierwszy z trzech biegów kolejnej odsłony Warszawskiej Triady Biegowej „Zabiegaj o Pamięć”, organizowanej przez Stołeczne Centrum Sportu Aktywna Warszawa oraz Fundację „Maraton Warszawski”.**

**Bieg z historią w tle**

Bieg Konstytucji 3 Maja, rozgrywany na dystansie 5 km, to nie tylko sportowe wyzwanie, ale także wyjątkowy sposób na uczczenie jednego z najważniejszych świąt narodowych. Co roku tysiące uczestników staje na starcie, by nie tylko zmierzyć się z trasą prowadzącą przez serce Warszawy, ale również oddać hołd pierwszej w Europie i drugiej na świecie konstytucji.

*- Właśnie ruszyły zapisy na Bieg Konstytucji 3 Maja. To wyjątkowa okazja, by aktywnie i razem z setkami warszawianek i warszawiaków uczcić nasze święto narodowe. Serdecznie zapraszam wszystkich do wzięcia udziału w tym wydarzeniu, które łączy sport, tradycję i radość z bycia razem* - mówi **Renata Kaznowska**, zastępczyni prezydenta m.st. Warszawy.

Ubiegłoroczna edycja przyciągnęła 5500 biegaczy, a wszystkie miejsca rozeszły się na długo przed startem. W tym roku, w odpowiedzi na ogromne zainteresowanie, limit uczestników został zwiększony do 6500 miejsc w biegu głównym oraz 250 w kategorii nordic walking. Dzięki temu jeszcze więcej osób będzie mogło przeżyć sportowe emocje i celebrować ten wyjątkowy dzień w aktywny sposób.

Dystans 5 km sprawia, że w wydarzeniu może wziąć udział każdy – zarówno doświadczeni zawodnicy, jak i osoby, które dopiero zaczynają swoją przygodę z bieganiem. Niezależnie od tempa czy sportowej formy, każdy krok na trasie będzie symbolicznym gestem pamięci i wspólnoty. Ten bieg to żywa tradycja, która co roku przyciąga tych, którzy chcą obchodzić Święto Konstytucji 3 Maja na sportowo.

**Start i meta na Placu Trzech Krzyży**

Warszawa jak na dłoni, historia na wyciągnięcie ręki, a w tle rytm kroków tysięcy biegaczy. Trasa Biegu Konstytucji 3 Maja co roku prowadzi przez najbardziej reprezentacyjne ulice stolicy, nadając wydarzeniu niepowtarzalny klimat. Start i meta ponownie zlokalizowane będą na Placu Trzech Krzyży, czyli w jednym z najbardziej charakterystycznych punktów miasta, skąd uczestnicy wyruszą na dynamiczną, pięciokilometrową trasę.

Pełny przebieg trasy zostanie zaprezentowany na początku kwietnia – zarówno na oficjalnej stronie wydarzenia bieg3maja.pl, jak i w mediach społecznościowych Fundacji „Maraton Warszawski” oraz Stołecznego Centrum Sportu Aktywna Warszawa. Zachęcamy do śledzenia aktualizacji, by już wkrótce poznać każdy zakręt i każdą prostą tego wyjątkowego biegu.

**Warszawska Triada Biegowa – trzy biegi, jedna idea**

Sport i historia mogą iść ramię w ramię, a Warszawska Triada Biegowa „Zabiegaj o Pamięć” jest tego najlepszym przykładem. To cykl wydarzeń, które łączą pasję do biegania z pamięcią o kluczowych momentach w dziejach Polski. Bieg Konstytucji 3 Maja otwiera ten wyjątkowy cykl, a w jego skład wchodzą również Bieg Powstania Warszawskiego i Bieg Niepodległości.

- *Każdy z tych biegów to coś więcej niż sportowa rywalizacja – to okazja, by wspólnie celebrować patriotyzm i wartości, które nas łączą. Dla wielu uczestników cała Triada to nie tylko sportowe wyzwanie, ale też sposób na wyrażenie dumy i wspólnoty. Każdy krok na trasie ma dla nich wyjątkowe znaczenie* – **mówi Magda Skrocka, Dyrektor 33. Biegu Konstytucji 3 Maja**.

**Rejestracja otwarta – liczba miejsc ograniczona**

Pierwszy bieg Warszawskiej Triady Biegowej od lat cieszy się ogromnym zainteresowaniem, a limit miejsc wyczerpuje się w rekordowym tempie. Zapisy na 33. Bieg Konstytucji 3 Maja właśnie się rozpoczęły i jak pokazuje doświadczenie z poprzednich edycji, lepiej nie odkładać decyzji na ostatnią chwilę. Rejestracja odbywa się za pośrednictwem strony bieg3maja.pl.

Świętowanie Konstytucji 3 Maja w sportowej atmosferze stało się tradycją, która co roku przyciąga tysiące miłośników aktywności fizycznej. To wyjątkowa okazja, aby połączyć pasję do biegania z wartościami patriotycznymi.

**\*\*\***

**Fundacja „Maraton Warszawski” jest liderem w branży biegów masowych i organizatorem największego maratonu w kraju. W swoim portfolio posiada takie cykliczne imprezy jak Maraton Warszawski, Półmaraton Warszawski, Maraton Sztafet. Jest współorganizatorem Warszawskiej Triady Biegowej „Zabiegaj o Pamięć”, biegów Konstytucji 3 Maja, Powstania Warszawskiego i Niepodległości. Od lat promuje zdrowie, wspiera sport amatorski, prowadzi największy charytatywny program biegowy w Polsce - #BiegamDobrze i jest wydawcą kultowego portalu MagazynBieganie.pl.**

**Kontakt dla mediów:**

**Fundacja „Maraton Warszawski”,** Beata Ponikiewska, +48 507 583 800, beata.ponikiewska@maratonwarszawski.com

**The Partners,** Paweł Krusz, +48 694 218 841, p.krusz@thepartners.com.pl, biuro.prasowe.fmw@thepartners.com.pl