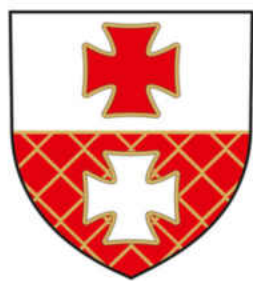


**RACE BOOK**

# POMERANIA ROAD RACE



**NIEDZIELA 25 MAJA 2025**  
**ELBLĄG - PLAC KATEDRALNY**



PATRONAT HONOROWY  
MICHAŁ MISSAN  
PREZYDENT ELBLĄGA





Drodzy uczestnicy i organizatorzy zawodów Pomerania Road Race

Z przyjemnością pragnę powitać wszystkich uczestników wyścigu kolarskiego Pomerania Road Race, który po raz pierwszy zagości w Elblągu, jednym z najstarszych miast w Polsce.

Przed nami dzień pełnej sportowej rywalizacji i pozytywnej energii. Cieszę się, że tak wielu pasjonatów kolarstwa zawita do naszego miasta, a także na Żuławy i Wysoczyznę Elbląską, by wspólnie z nami tworzyć to historyczne wydarzenie.

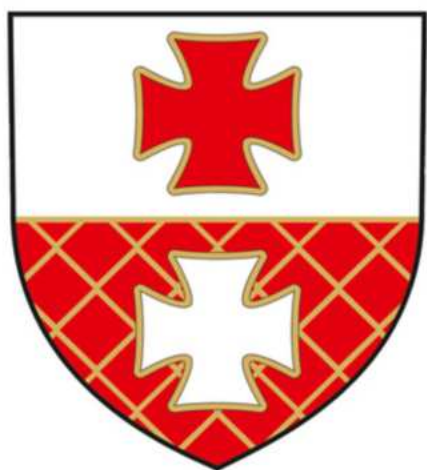
Życzę wszystkim zawodnikom wspaniałych wrażeń, bezpiecznej jazdy i satysfakcji z osiągniętych wyników. Niech duch sportowej walki towarzyszy Wam na każdym kilometrze trasy.

Dziękuję organizatorom za włożony trud i zaangażowanie w przygotowanie tego wspaniałego przedsięwzięcia. Mam nadzieję, że ten pierwszy wyścig zapoczątkuje piękną tradycję i na stałe wpisze się w kalendarz sportowych wydarzeń Elbląga.

Start i meta wyścigu będą zlokalizowane na ul. Warszawskiej, a miasteczko zawodów na Placu Katedralnym na Starym Mieście, o którym z dumą mówimy Nówka-Starówka. Od około 40 lat ta część Elbląga jest odbudowywana w nurcie retrowersji. Dzięki niej powstaje „nowa starówka”, gdzie świeżo wznoszone kamienice odtwarzają zarys dawnych fundamentów, zręcznie nawiązując do historycznych form i kształtów. Zachęcam również do odwiedzenia naszych ocalałych pereł architektury: katedry pw. św. Mikołaja, gdzie można wejść na taras widokowy, Centrum Sztuki Galeria El, Muzeum Archeologiczno – Historycznego, Biblioteki Elbląskiej, czy Bramy Targowej. Warto pozostać w naszym mieście na dłużej, by poznać jego niezwykle ciekawą i bogatą, blisko 790-letnią historię.

Witam w Elblągu i życzę powodzenia!

Dr Michał Missan, Prezydent Elbląga



**Patronat Honorowy**  
**Michał Missan**  
**Prezydent Elbląga**

# MIASTECZKO MAPA

## PARKING

PRZY UL. WARSZAWSKIEJ 51 (PRZY BUDYNKU MDK)

## TOALETY

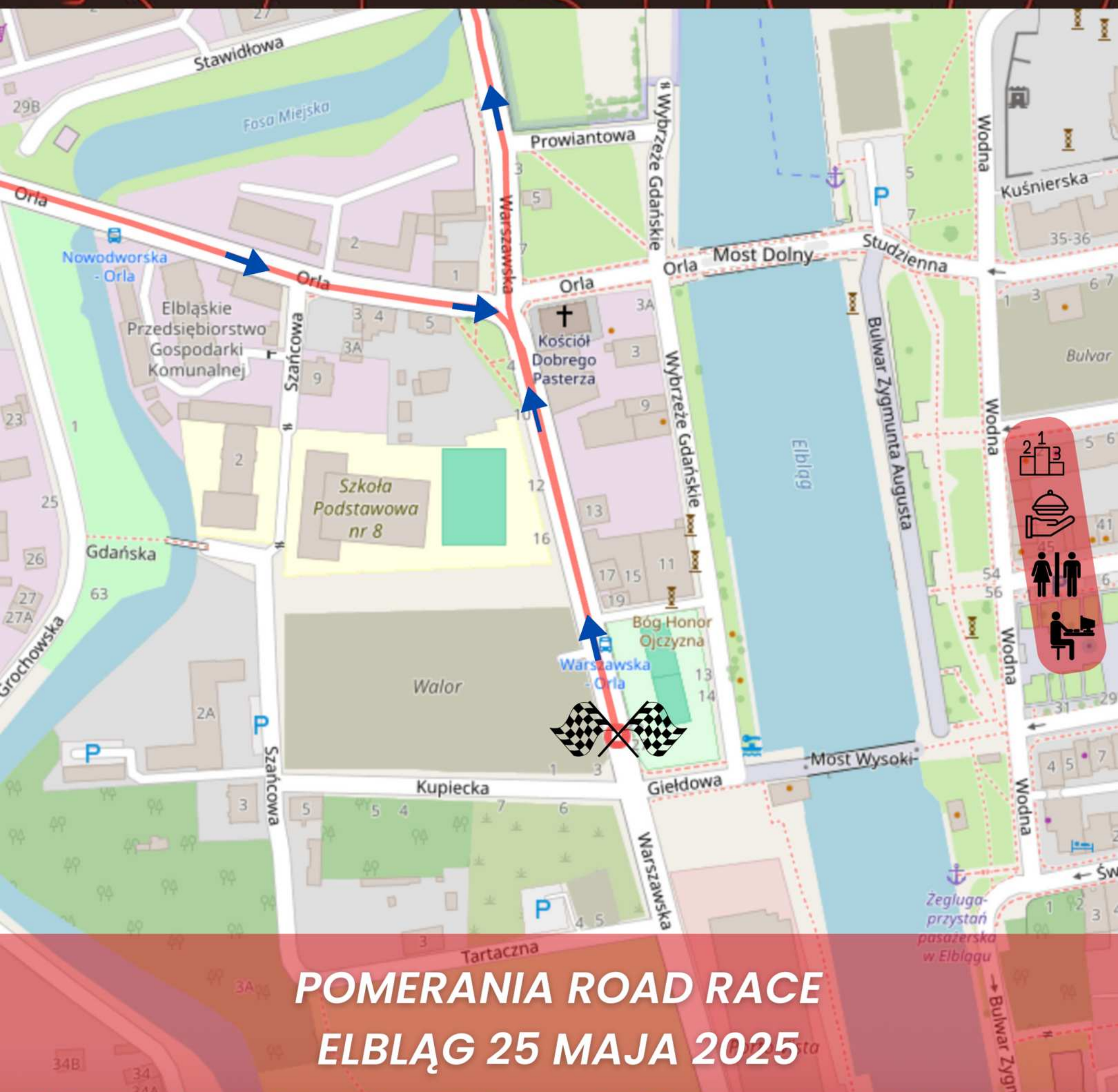
NA TERENIE BAZY ZAWODÓW

## ODBIÓR POSIŁKU REGENERACYJNEGO

PIEROGOWÓZ

## BOKSY TECHNICZNE/BUFETY

SPEED 1, MEGA 2



**POMERANIA ROAD RACE**  
**ELBLĄG 25 MAJA 2025**



# ELBLĄG

## W F O R M I E

## Nówka Ramówka

20 maja -  
26 maja



### Wtorek 20.05

**12<sup>00</sup>** Koncert "Gramy w rytmie empatii"  
(wejście na zaproszenie)

Sala konferencyjna ECUS

**11<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup>** Festyn "Niezapominajkowy"  
(wejście na zaproszenie)

DPS Niezapominajka

**17<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup>** Wernisaż autorski PSONI (wstęp wolny)

Centrum Spotkań Europejskich Światowid

**18<sup>15</sup>** Rozgrywki Elbląskiej Ligi Rummikuba

Filia biblioteczna Kostka, ul. Wybickiego

### Środa 21.05

**10<sup>00</sup> - 13<sup>00</sup>** Piknik integracyjny

Centrum Sztuki Galeria EL

**13<sup>00</sup> - 15<sup>00</sup>** Randki ze Sztuką 60+ (zapisy, płatne 20zł)

Centrum Sztuki Galeria EL

**17<sup>00</sup>** Turniej koszykówki 3x3 na Kalbarze

Tor Kalbar

**18<sup>30</sup>** Biegaj z Bartnicki Team Elbląg

Bażantarnia - zbiórka przy Muszli Koncertowej

### Czwartek 22.05

**10<sup>00</sup> - 12<sup>00</sup>** Panel dyskusyjny "Człowiek Sukcesu  
z Niepełnosprawnością" (wejście  
na zaproszenie)

Sala konferencyjna ECUS

**11<sup>00</sup>** Klub Książkowych Ludków dla dzieci w wieku  
2-3 lata wraz z opiekunem (wstęp wolny)

Biblioteka Młodego Czytelnika Bulaj, ul. Zamkowa 1

**11<sup>00</sup>** „Rękodzieło bez metryki”: spotkanie dla  
seniorów w cyklu spotkań

Filia biblioteczna Kostka, ul. Wybickiego 20

**16<sup>30</sup>** „Bajkowy podwieczorek” dla dzieci  
w wieku 5-6 lat wraz z opiekunami  
(zapisy)

Filia biblioteczna Lokomotywa, ul. Ogólna 59



dr Michał Missan  
Prezydent Elbląga

### Piątek 23.05

**17<sup>00</sup>** Planszówkowy Zawrót Głowy: planszówki  
dla każdego

Filia biblioteczna Kostka, ul. Wybickiego 20

**18<sup>30</sup>** Biegaj z Bartnicki Team Elbląg

Bażantarnia - zbiórka przy Muszli Koncertowej

### Sobota 24.05

**9<sup>00</sup>** Parkrun – Park Modrzewie

Darmowy bieg, trucht, spacer na 5 km z pomiarem czas

**10<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup>** XVI Festyn GOZ

nie marnuj, napraw, wymień

Plac. K. Jagiellończyka

**10<sup>30</sup>** Rozgrywki Elbląskiej Ligi Rummikuba

Filia biblioteczna Kostka, ul. Wybickiego 20

**12<sup>00</sup>** „Tkane opowieści” – warsztaty  
z wykorzystaniem krosna dla dzieci  
6+ wraz z opiekunem (zapisy)

Biblioteka Młodego Czytelnika Bulaj, ul. Zamkowa 1

**12<sup>00</sup> - 13<sup>30</sup>** Dlaczego Sztuka?! Warsztaty ruchowe  
dla rodzin z dziećmi 5+ (zapisy, płatne 10zł)

Centrum Sztuki Galeria EL

### Niedziela 25.05

**9<sup>00</sup>** Pomerania Road Race – Start ul. Warszawska

Biuro zawodów Bulwar Zygmunta Augusta

**13<sup>00</sup> - 17<sup>00</sup>** Festyn integracyjno-artystyczny na starówce  
Stare Miasto

**18<sup>00</sup>** Katarzyna Żak na Dzień Matki wraz  
z Elbląską Orkiestrą Kameralną (bileutowane)

Zespół Państwowych Szkół Muzycznych w Elblągu

### Poniedziałek 26.05

**18<sup>30</sup>** Biegaj z Bartnicki Team Elbląg

Bażantarnia - zbiórka przy Muszli Koncertowej



[www.facebook.com/MiastoElblag](https://www.facebook.com/MiastoElblag)



[www.twitter.com/MiastoElblag](https://www.twitter.com/MiastoElblag)



[www.instagram.com/elblagmiasto](https://www.instagram.com/elblagmiasto)



[www.youtube.com/MiastoElblag](https://www.youtube.com/MiastoElblag)

WYGRAJ TYDZIEŃ  
W GORĄCEJ HISPANII



PEGO CASA <sub>de</sub> CICLISMO

# BAZA KOLARSKA NA COSTA BLANCA

- 🍊 NOCLEG
- 🍊 WYPOŻYCZALNIA
- 🍊 SERWIS



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ NA

WWW. **PEGO.CC**



**PRR** POMERANIA  
ROAD RACE

ELBLĄG 25.05.2025



# WYŚCIG KOLARSKI PO ŻUŁAWACH I WYSOCZYŹNIE ELBLĄSKIEJ – SPRAWDŹ SIĘ

200m  
MINI CROSS

2km  
MINI CROSS

25km  
FUN

52km  
SPEED

104km  
MEGA

## UWAGA! OSOBNĄ KLASYFIKACJĄ DLA MIESZKAŃCÓW ELBLĄGA!

**PRR** POMERANIA  
ROAD RACE

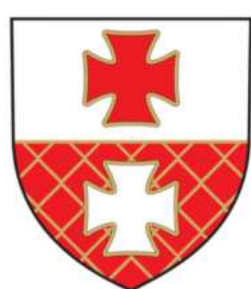
PREMIA GÓRSKA

PATRONAT HONOROWY  
PREZYDENT MICHAŁ MISSAN

PARTNER

PARTNER

PARTNER





*coś więcej niż jedzenie*

**rabat 20% z kodem**

**POMERANIA**

Kod jest aktywny tylko po zalogowaniu się do Panelu Klienta.  
Kod wielorazowego użytku, ważny do 31.12.2025 do godziny 23:59.



**WWW.DIETYODBROKULA.PL**

# **WAŻNE INFORMACJE**

**PAKIET STARTOWY ODBIERASZ NA PODSTAWIE KODU QR (WYDRUKOWANY LUB W TELEFONIE), KTÓRY KAŻDY ZAWODNIK OTRZYMAŁ NA MAILA PO ZAPISANIU SIĘ NA PORTALU ZAPISÓW ELEKTRONICZNYCH.**

**W BIURZE ZAWODÓW JEST MOŻLIWOŚĆ ZOSTAWIENIA DEPOZYTU NA CZAS ZAWODÓW (TYLKO Z WŁASNĄ TORBĄ/SIATKĄ/PLECAKIEM).**

**DEPOZYT DZIAŁA W NIEDZIELĘ OD GODZ. 7:00 DO GODZ. 13:00.**

**POSILEK REGENERACYJNY BĘDZIE WYDAWANY W PIEROGOWOZIE NA PODSTAWIE BONU, KTÓRY ZNAJDZIESZ W PAKIECIE STARTOWYCH.**

**NA MECIE CZEKAĆ NA CIEBIE BĘDZIE MINI STREFA FINISHERA.**



hyperfood<sup>®</sup>  
**eatyx**

# Pełnowartościowa rowerowa rywalizacja!



codzienne wsparcie  
organizmu w wygodnej  
butelce



PEŁNOWARTOŚCIOWY POSIŁEK

✓ 1 PORCJA = 1 POSIŁEK    ✓ sytość do 5 godzin!

Hyperfood. Licz kalorie, dbaj o ciało.

Higher!

Pure  
COCONUT

®

FLY



Not from  
concentrate

Drink irrespo  
Fly safe

**PUSZKA COCONAUT  
W KAŻDYM PAKIECIE  
STARTOWYM!**

# HARMONOGRAM

**SOBOTA – 24.05.2025 – Ratusz Miejski Elbląg**

**17:30 – 19:30**

otwarcie biura zawodów (odbiór pakietów / zapisy)

**NIEDZIELA – 25.05.2025 – Plac Katedralny Elbląg**

**07:00 – 13:00**

biuro zawodów czynne (pakiety / zapisy / depozyt)

**08:50**

oficjalne rozpoczęcie Pomerania Road Race

**09:00**

start MEGA 104 km (start masowy)

sektor 0 – kategorie: M2, M3, M4 – pilot MEGA KGM

sektor 1 – kategorie: M5, M6

sektor 2 – kategorie: K2, K3, K4

sektor 3 – pozostałe kategorie MEGA

**09:15**

start SPEED 52 km (start masowy)

sektor 0 – kategorie: M1, M2, M3 – pilot SPEED KGM

sektor 1 – kategorie: M4, M5

sektor 2 – kategorie: M6, M65, M7

sektor 3 – kategorie: K1, K2, K3, K4, K5

**09:16**

start FUN 25 km (start masowy)

sektor 4 – wszystkie kategorie – pilot motor

**09:20**

start JUNIOR 200 m (rowerki biegowe)

**09:25**

start JUNIOR 500 m (kategoria 5–6 lat)

**09:30**

start JUNIOR 2 km (kategorie 7–8 i 9–10 lat)

Dekoracje:

**10:00**

dekoracja kategorii JUNIOR

**11:00**

dekoracja dystansu FUN

**12:00**

dekoracja dystansu SPEED + RED BULL PREMIA SPEED

**13:00**

dekoracja dystansu MEGA + RED BULL PREMIA MEGA

dekoracja „Najlepszy Elblążanin” na każdym dystansie

**13:30**

zamknięcie mety

Zamknięcie wyścigu:

auto zamknięcia – KGM

Dekoracja dystansu MEGA + RED BULL PREMIA MEGA

(dekoracja „Najlepszy Elblążanin” na każdym dystansie)

**13:30**

Zamknięcie mety



# Ricola

PO PROSTU  
SPRÓBUJ  
RICOLA!



13 ziół



bez cukru



bez laktozy



bez glutenu



słodzone  
stewią



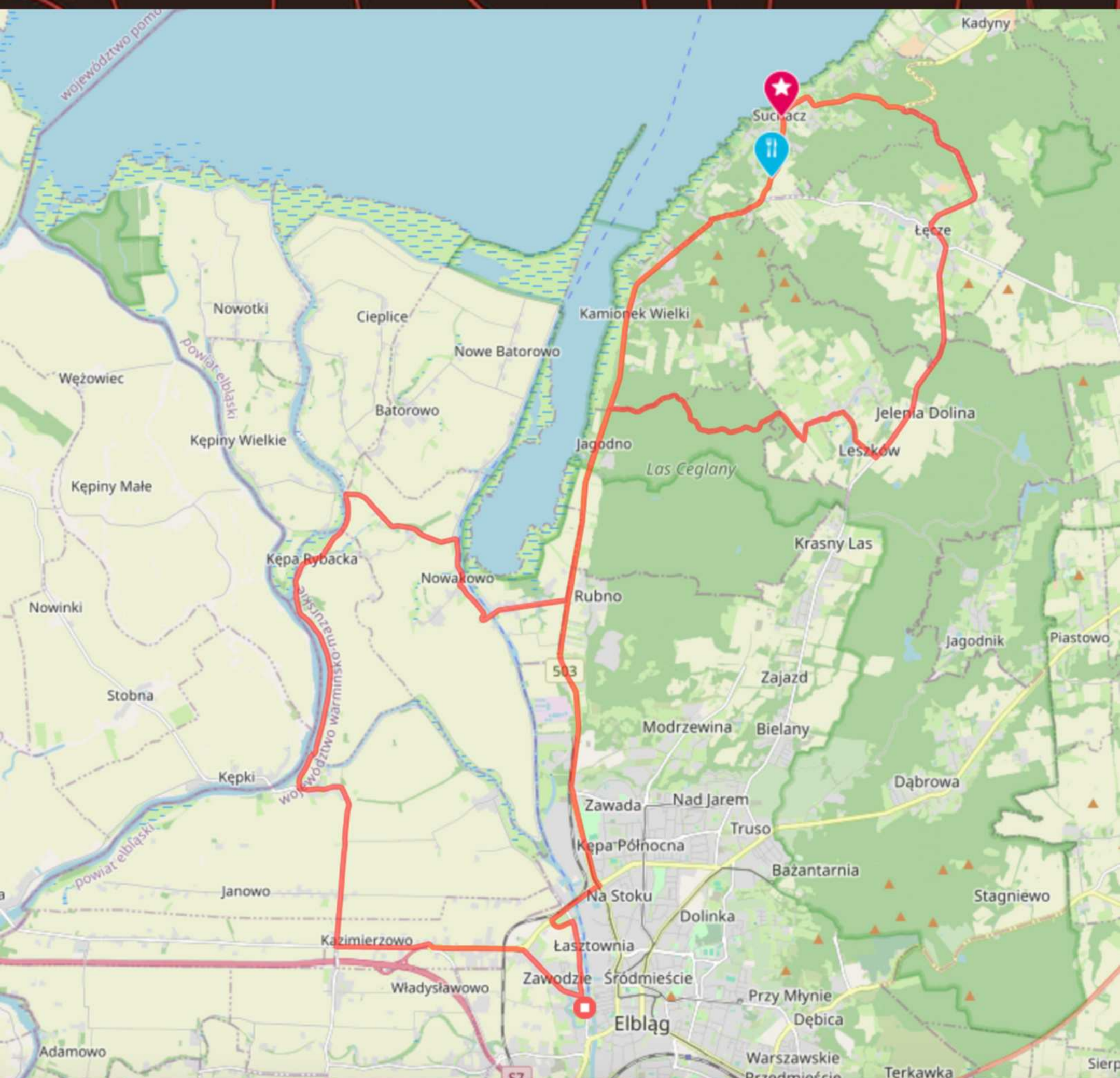
produkowane  
metodą naturalną



# TRASA MEGA

104KM (2 PĘTLE)

LIMIT 4H 30MIN



 Link



# ziaja

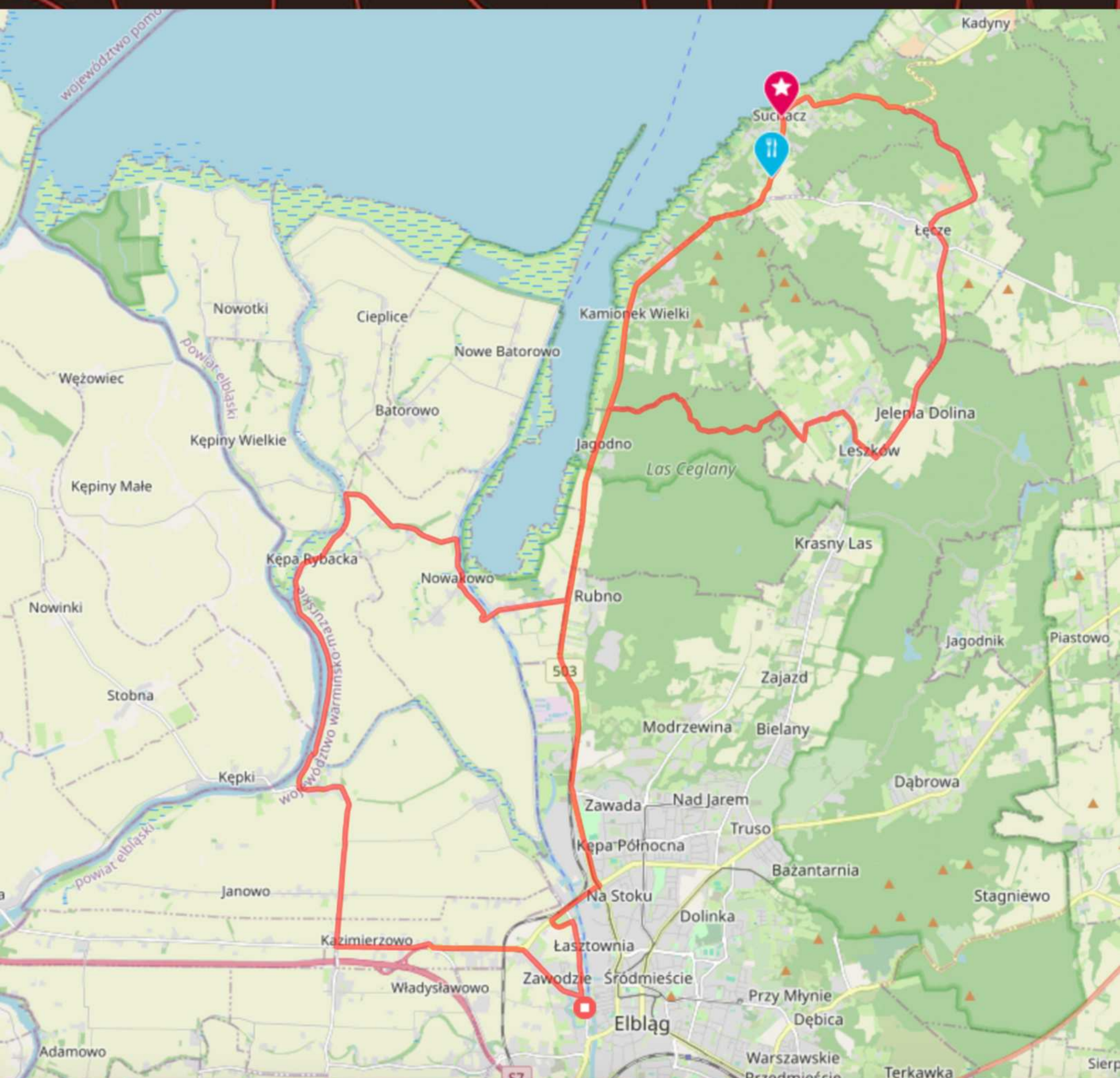


-15%

# TRASA SPEED

52KM (1 PĘTLA)

LIMIT 3H



 Link



80-297 Banino ul. Lotnicza 37

733 888 048



HOME

O FIRMIE

USŁUGI

GALERIA

BLOG

KONTAKT

WYPOŻYCZALNIA I TESTY

SKLEP



U Nas **KUPUJESZ!!**  
Rabaty **ZYSKUJESZ!!**

## CENTRUM SZKOLENIOWE

Zapraszamy serdecznie do skorzystania z naszej bogatej oferty szkoleń zawodowych oraz kursów przeznaczonych zarówno dla profesjonalistów, jak i amatorów. Nasza firma z pasją i zaangażowaniem, prowadzi szkolenia, które pozwalają rozwijać umiejętności zawodowe oraz poszerzać wiedzę w różnych dziedzinach. Bez względu na to, czy jesteś doświadczonym fachowcem czy dopiero zaczynasz swoją przygodę, znajdziesz u nas coś idealnego dla siebie.

[Przejdź do oferty](#)



## Najwyższa jakość usług



100%  
gwarancji

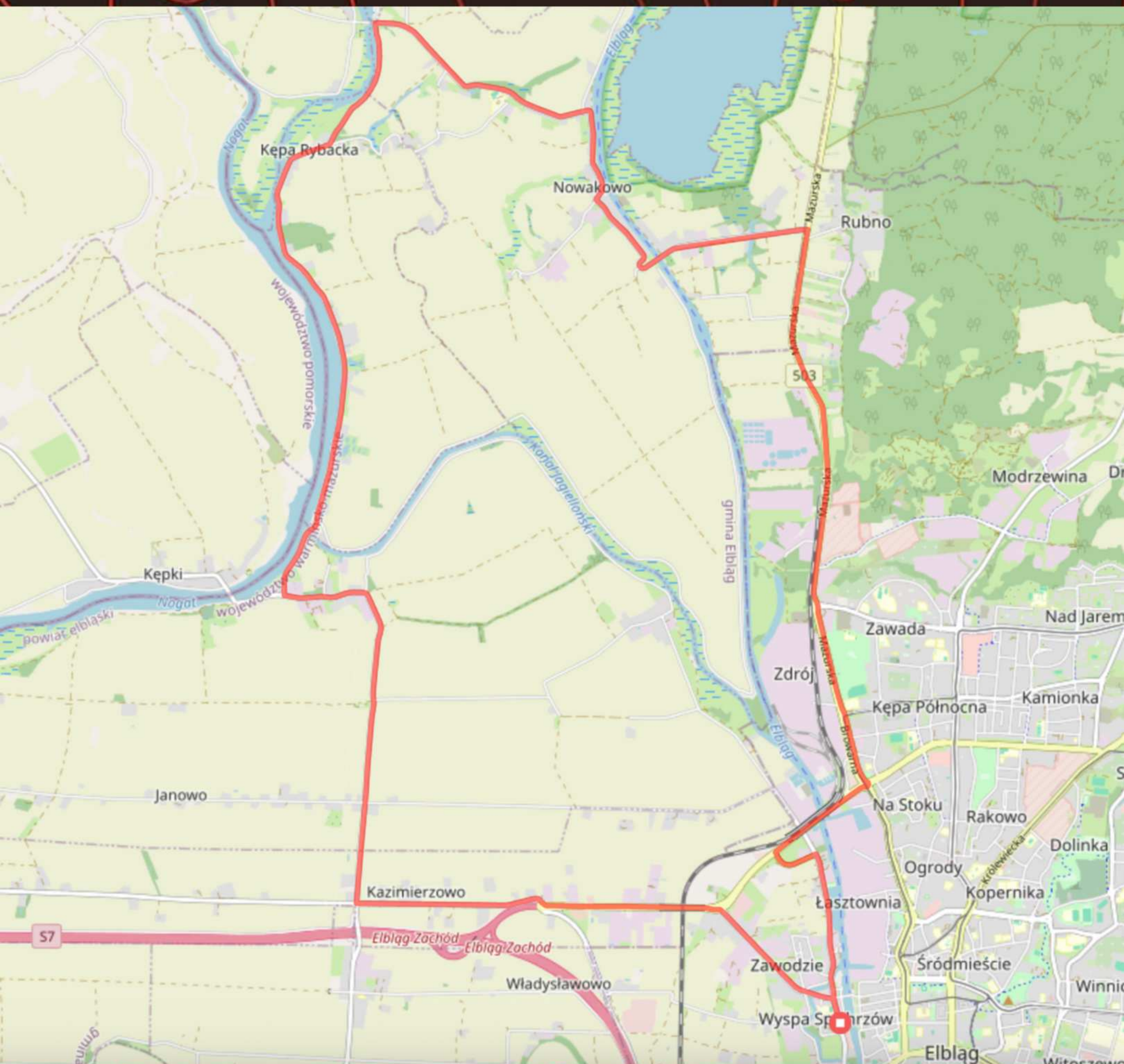


100%  
satysfakcji

# TRASA FUN

25KM

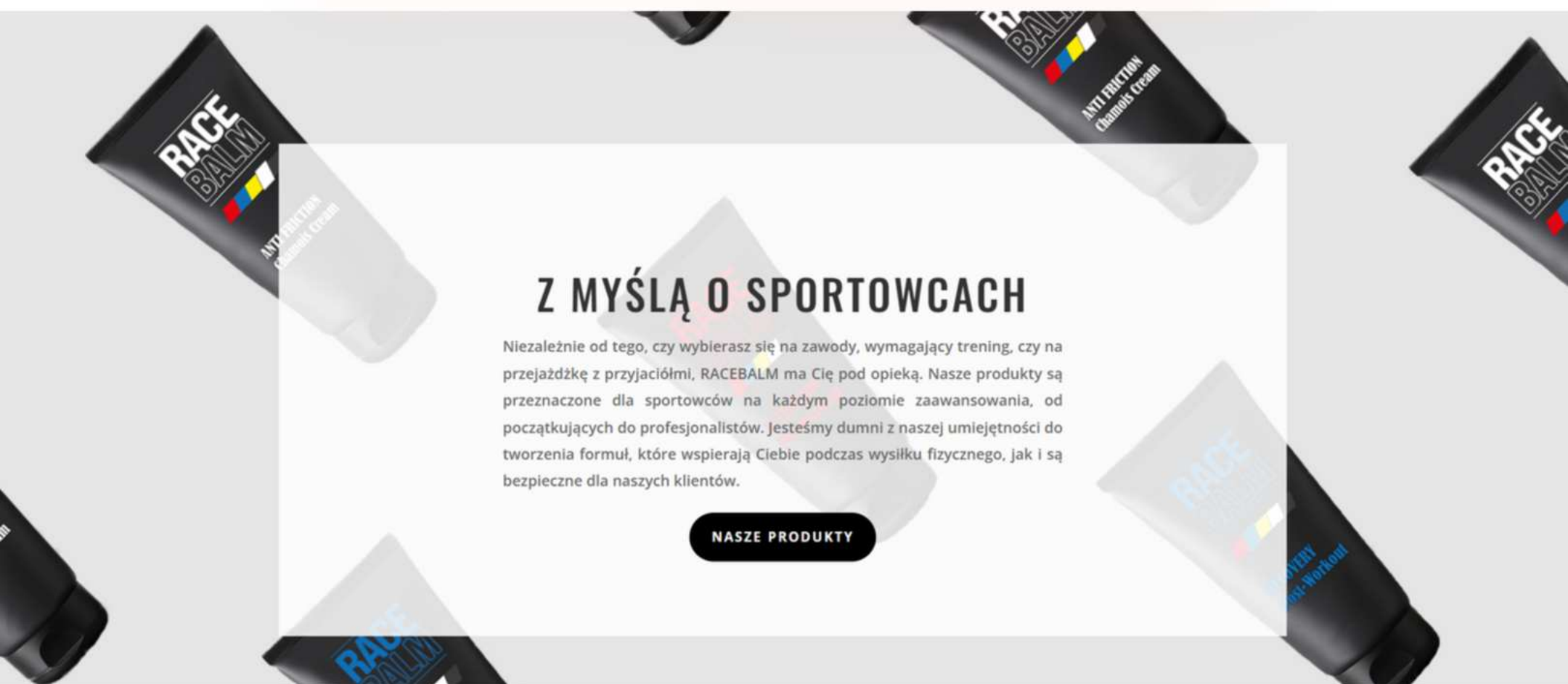
LIMIT 2H



Link



# ZNAJDŹ PROBKĘ W PAKIECIE



|                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                       |                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                  |                                                                                                               |                                                                       |                                                  |  |
| <b>ACTIVATION</b>                                                                                                                                                                   | <b>RECOVERY</b>                                                                                                                                                                                  | <b>INSTANT RELIEF</b>                                                                                                                                    | <b>ANTI FRICTION</b>                                                                                                                  | <b>MAGNESIUM</b>                                                                      |
| <ul style="list-style-type: none"><li>•wosk biały pszczeli</li><li>•kamfora •gorczyca •olej rycynowy •lanolina naturalna •witamina B3</li><li>•naturalne olejki eteryczne</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>•babka lancetowata</li><li>•miłorząd japoński</li><li>•ruszczyk kolczasty</li><li>•arnika •mentol •żeń-szeń</li><li>•rutyna/diosmina/hesperydyna</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>•czarci pazur •aloes</li><li>•gojnik •arnika •żywokost</li><li>•mięta •cytryna</li><li>•rozmaryn •mentol</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>•lanolina •wosk pszczeli</li><li>•olej z oliwek •cynk</li><li>•allantoina •d-pantenol</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>•chlorek magnezu</li></ul>                      |

**ODBIERASZ  
PAKIET?!**

**PRZYGOTUJ  
KOD QR**

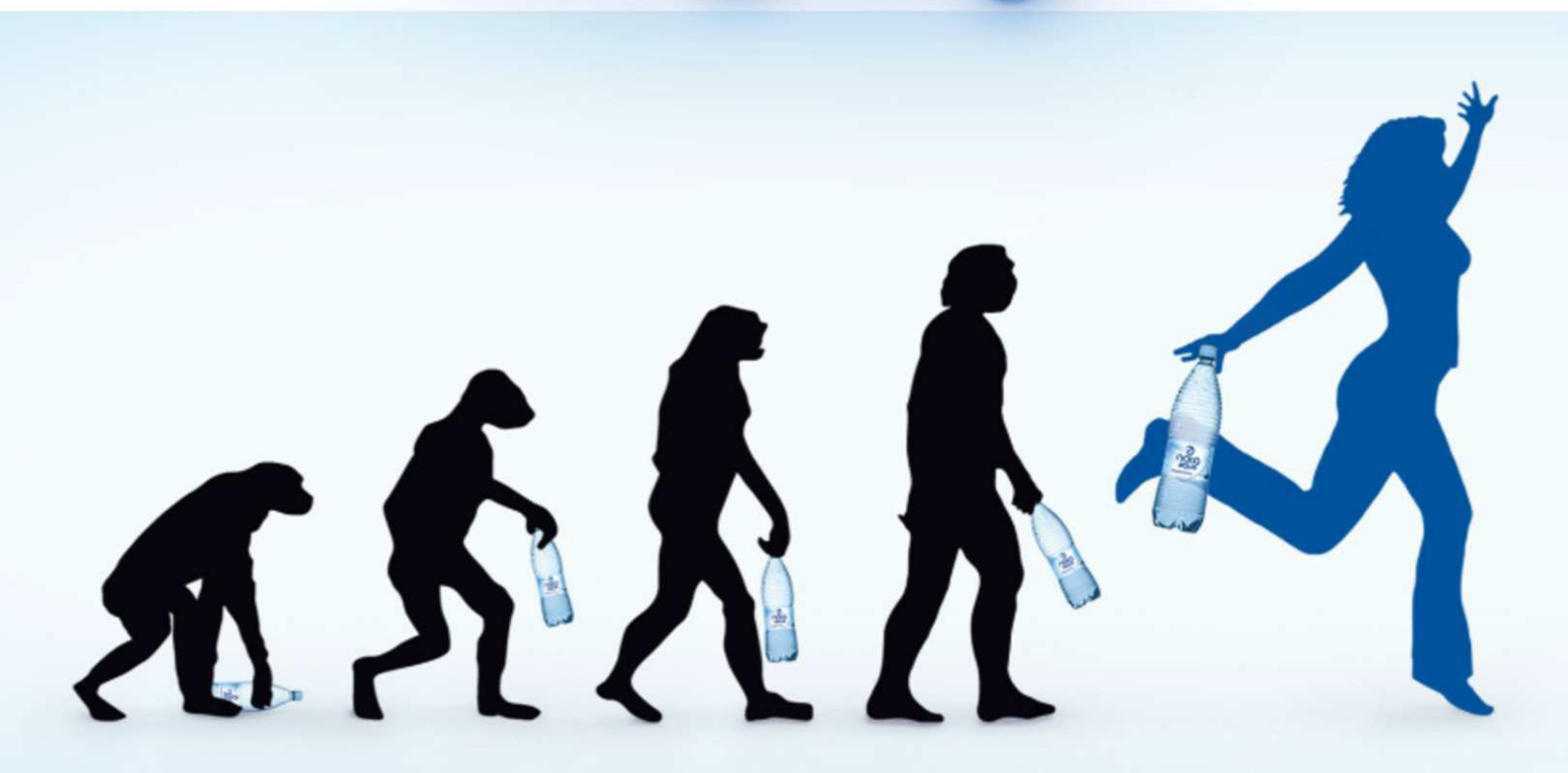
---

**PREPARE QR  
CODE**





# *dba o nasze bufety*



## WODA MINERALNA SPRZED MILIONÓW LAT

Naturalna woda mineralna Nata Aqua wydobywana jest na terenie Kaszubskiego Parku Krajobrazowego, ze źródła głębinowego (156m), ukształtowanego podczas plejstocenu, epoki lodowcowej, ponad 1,8 miliona lat temu. Nata Aqua należy do najlepszych jakościowo wód w całym kraju.



# PAKIET STARTOWY

ELEKTRONICZNY POMIAR CZASU

NUMER STARTOWY

PAMIĄTKOWY MEDAL FINISHERA DLA KAŻDEGO, KTO

UKOŃCZY RYWALIZACJĘ

ZABEZPIECZENIE MEDYCZNE

POSIŁEK REGENERACYJNY NA MECIE (3 DANIA DO WYBORU

W TYM VEGE)

NAPOJE NA PUNKTACH ODŻYWCZYCH

CUKIERKI RICOLA

PRÓBKA OD "RACEBALM"

RED BULL NA MECIE (DLA PEŁNOLETNICH)

PUSZKA Z WODĄ "COCONAUT"

BATONY ENERGETYCZNE OD "EATYX"

INNE ŚWIADCZENIA W MIARĘ MOŻLIWOŚCI FINANSOWYCH

ORGANIZATORA



# I N Φ N I

SKLEP INTERNETOWY Z ODZIEŻĄ SPORTOWĄ – INONI



## KOLARSTWO

kobieta / mężczyzna / dziecko



## BIEGI

kobieta / mężczyzna / dziecko



## TRIATHLON

kobieta / mężczyzna / dziecko



WYGRAJ  
KOSZULKĘ!

# **INFO O DYSTANSACH**

## **DYSTANSE**

**FUN – OK. 25 KM (LIMIT 2H)**

**SPEED – OK. 52 KM (LIMIT 3H)**

**MEGA – OK. 104 KM (LIMIT 4H 30MIN)**

**JUNIOR – OK. 200 M ROWERKI BIEGOWE**

**JUNIOR – OK. 500M / 2 KM ROWERKI**

**NORMALNE**

## **PRZEWYŻSZENIA**

**FUN – OK. 50 M**

**SPEED – OK. 400 M**

**MEGA – OK. 700 M**

## **PUNKTY ŻYWNOŚCIOWE**

**FUN – BRAK**

**SPEED – 26,3 KM**

**MEGA – 26,3 KM / 78,3 KM**





# Red Bull

WYGRAJ PREMIE  
RED BULL  
HARDY CHALLENGE!



# TRUDNOŚĆ TRASY

## SKALA TRUDNOŚCI



## RODZAJ NAWIERZCHNI

ASFALT - 100%

## DODATKOWE TRUDNOŚCI

PREMIA GÓRSKA - RED BULL HARDY CHALLENGE  
DŁUGOŚĆ - 1,2KM - SUCHACZ (26KM TRASY)

ODCINEK MIĘDZY 10-13 KM PODJAZD RANGÓRY 3.5 %  
NACHYLENIA Z TRUDNĄ ASFALTOWĄ NAWIERZCHNIĄ  
I TRZEMA 10M ODCINKAMI SZUTROWYMI



# MTB POMERANIA MARATON 2025

2.3.2025

WINTER, SZEMUD

30.3.2025

E1, GDYNIA

13.4.2025

E2, KWIDZYN

26.4.2025

E3, ŻUKOWO

8.6.2025

E4, GNIEW

X

13.7.2025

E5, GNIEWINO

27.7.2025

E6, KARTUZY

31.8.2025

E7, GDAŃSK

14.9.2025

E8, BARŁOMINO



## POMERANIA SUMMER TRAIL

powered by

COCONAUT®

11 KM

25 KM

49 KM

13.7.2025

PLAC KONCERTOWY CZYMANOWO

COCONAUT



SAMORZĄD  
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



## POMERANIA ULTRA TRAIL

powered by

COCONAUT®

100 KM

65 KM

42 KM

21 KM

10 KM

11.10.2025

KJ BARŁOMINO

COCONAUT



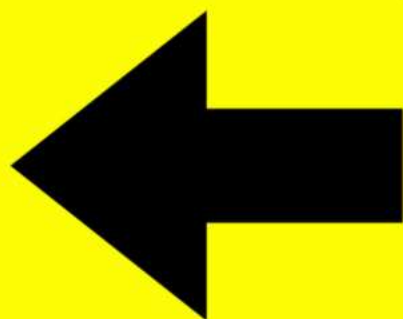
SAMORZĄD  
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

# OZNACZENIA TRASY

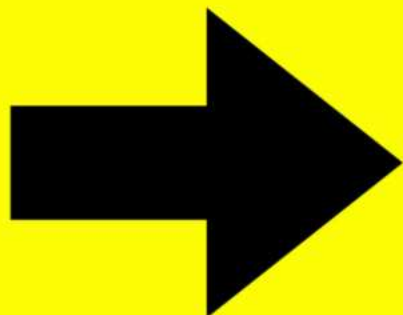


## ROZJAZD

### MEGA 2. PĘTLA



### FINISH 250m



TRASA OZNACZONA BĘDZIE CZARNYMI STRZAŁKAMI NA BIAŁYM TLE, A ROZJAZDY I WAŻNE INFORMACJE BĘDĄ ZLOKALIZOWANE NA ŻÓŁTYM TLE



# **BEZPIECZEŃSTWO**

**NA CAŁEJ DŁUGOŚCI TRASY BĘDĄ ROZLOKOWANE OSOBY DO KIEROWANIA RUCHEM, KTÓRE SĄ W STAŁYM KONTAKCIE Z ZABEZPIECZENIEM MEDYCZNYM.**

**TRASA NA CZAS ZAWODÓW BĘDZIE ZAMKNIĘTA DLA RUCHU SAMOCHODOWEGO.**

**TRASĘ WYŚCIGU MEGA I SPEED BĘDZIE ZAMYKAĆ KARETKA JADĄCA ZA PELETONEM .**

**SAMOCHÓD SERWISOWY (MECHANIKA ROWEROWA) BĘDZIE JECHAŁ ZA PELETONEM MEGA. W RAZIE WYPADKU MOŻNA ZADZWONIĆ – 606 378 672 (WYMIANA DĘTEK / LEKKIE NAPRAWY).**

**PELETON MEGA JEST PROWADZONY PRZEZ PILOTA MEGA – KGM**

**TAK SAMO WYŚCIG SPEED I FUN JEST PROWADZONY PRZEZ PILOTA SPEED/FUN KGM, AŻ NIE POŁĄCZĄ SIĘ Z WYŚCIGIEM MEGA.**

**ZA OSTATNIM ZAWODNIKIEM MEGA/ SPEED/FUN JEDZIE ZAMKNIĘCIE WYŚCIGU “KGM”.**

**TRASA WYŚCIGU JEST ZAMKNIĘTA DLA RUCHU PUBLICZNEGO PODCZAS ZAWODÓW.**



# AUTO SERWISOWE

**PODCZAS ZAWODÓW NA TRASIE BĘDZIE PORUSZAŁ SIĘ MOBILNY  
SERWIS TECHNICZNY OD "MECHANIKA ROWEROWA",  
OZNACZONY SPECJALNIE OKLEJONYM SAMOCHODEM.**

**☎ KONTAKT DO SERWISANTA:**

**733 888 048 (ROBERT)**

**🚲 NA POKŁADZIE: DĘTKI, OPONY, POMPKA ORAZ MOŻLIWOŚĆ  
TRANSPORTU AWARYJNEGO (DO 5 ROWERÓW I 3 OSÓB).**

**🔄 SERWIS UDZIELA POMOCY WYŁĄCZNIE ZAWODNIKOM  
NAPOTKANYM NA TRASIE – NIE MA MOŻLIWOŚCI COFANIA SIĘ!**

**📍 W RAZIE AWARII NALEŻY ZEJŚĆ NA POBOCZE W BEZPIECZNYM  
I SZEROKIM MIEJSCU, Z DAŁA OD OSI JEZDNI.**

**USZKODZONY SPRZĘT MOŻE ZOSTAĆ PRZEWIEZIONY NA METĘ PO  
ZAKOŃCZENIU IMPREZY.**



# MEDALE FINISHERA



 xpress Elbląg

PATRONI  
MEDIALNI





# KGM

MADE IN KOREA

## MAKURAT



Autoryzowany dealer MAKURAT  
Elbląska 98B 80-718 Gdańsk



Actyon



Tivoli



Tivoli Grand



Korando



*WYGRAJ VOUCHER*



*WYGRAJ VOUCHER*



A modern two-story building with a dark grey tiled roof and a combination of dark grey panels and light brown brickwork. The entrance is covered by a dark grey awning. A balcony with a glass railing is visible on the upper floor. The building is set on a green lawn with a black metal fence in the foreground.

NAUTIKKA  
RESORT

WYGRAJ VOUCHER  
APARTAMENTY  
ZIELONA KRYNICA