

2 sierpnia 2026

FAN GUIDE

SPONSOR TYTULARNY

PARTNER STRATEGICZNY

SPONSORZY OFICJALNI

SPONSORZY

PARTNERZY MEDIALNI





YEAR 2025



Experience or relive the thrill and energy of race day—watch the 2025 highlights video and get in the spirit for what's ahead!



TOP PLACES TO VISIT



WAWEL ROYAL CASTLE

Wawel is a historic hill featuring the Royal Castle and the Cathedral, where Polish kings were crowned and buried. Visitors can explore richly decorated state rooms, the armory, royal tombs, and the Dragon's Den. It is the heart of Polish history and national identity.

Website: wawel.krakow.pl



ST. MARY'S BASILICA

Located on the Main Market Square, St. Mary's Basilica is one of Kraków's most important landmarks. It is famous for its Gothic altarpiece by Veit Stoss (Wit Stwosz), soaring towers, and the trumpet call (hejnał) played every hour. The interior captivates visitors with its rich colors, starry vault, and stained-glass windows.

Website: mariacki.com



KAZIMIERZ DISTRICT

Kazimierz is an incredibly atmospheric district that seamlessly blends Jewish history with modern culture. Its narrow streets shelter synagogues, museums, art galleries, and trendy cafes. By night, it becomes the vibrant center of nightlife, filled with concerts and cultural events.

Website: www.krakow.pl



WIELICZKA SALT MINE

Wieliczka is a unique underground wonder where salt was mined for centuries. During the tour, you will see chapels carved entirely out of salt, underground lakes, and impressive sculptures. The mine boasts over 700 years of history and is inscribed on the UNESCO World Heritage list.

Website: www.kopalnia.pl



BOCHNIA SALT MINE

The oldest salt mine in Poland, operating continuously since 1248. Its underground corridors, chambers, and chapels form a unique labyrinth that today serves both tourist and therapeutic purposes. This site is inscribed on the UNESCO World Heritage list as part of the Royal Salt Mines.

Website: kopalnia-bochnia.pl





Wariant 2031 i 2036

1% obniżki
w każdym
kolejnym roku

od ceny energii netto z Oferty na 2026 rok



Wybieram
EKO Ofertę Biznes

Czas na ofertę, dzięki której Twoja firma
będzie wspierać wytwarzanie energii z odnawialnych źródeł!



Cena energii uzależniona
od wybranego wariantu*



Certyfikat TÜV SÜD Polska
potwierdzający umorzenie
gwarancji pochodzenia przez Eneę



Oferta zawiera miesięczną
opłatę handlową

* Oferta jest dostępna w trzech wariantach cenowych: Wariant 2029 (stała cena w okresie obowiązywania umowy), Wariant 2031 albo Wariant 2036 (w tych Wariantach od 01.01.2027 r. ceny netto są obniżane w każdym kolejnym roku o 1% względem ceny energii netto z Cennika Oferty na 2026 rok). Cena energii dla odbiorców z grup taryfowych A, B, C, R **nie obejmuje opłat za usługę dystrybucji energii**, które wynikają z taryfy właściwego Operatora Systemu Dystrybucyjnego (OSD). Enea ma prawo zmienić ceny energii lub stawki opłat wskazane w Cenniku w przypadku (1) zmiany stawki podatku VAT, (2) zmiany stawki podatku akcyzowego lub (3) wejścia w życie przepisów prawa albo decyzji organów administracji publicznej, które ustanowią nowe obowiązki, opłaty, należności publicznoprawne lub obciążenia, które nie istniały w dniu zawarcia Umowy - poprzez dostosowanie cen określonych w Cenniku do nowych stawek podatku, obowiązków, opłat, należności czy obciążeń.

WAŻNE! Szczegóły dotyczące cen energii, zasad obniżania ceny w Wariantcie 2031 oraz Wariantcie 2036, miesięcznej opłaty handlowej, zobowiązania Enei do nabywania gwarancji pochodzenia oraz warunków korzystania z EKO Oferty Biznes znajdziesz w Regulaminie Oferty i Cennikach, dostępnych w Biurach Obsługi Klienta Enei oraz na stronie enea.pl/eko-oferta-biznes. Gwarancje pochodzenia to dokumenty, które potwierdzają, że określona ilość energii została wyprodukowana z odnawialnych źródeł, takich jak wiatr, słońce czy woda i wprowadzona do sieci elektroenergetycznej. Enea w ramach wspierania wytwarzania energii z odnawialnych źródeł przez Klienta zobowiązuje się do nabycia gwarancji pochodzenia dla ilości energii uwzględniających energię pobraną przez Klienta w danym roku. Zakup dokonywany będzie zbiorczo dla ilości energii zakupionej przez Klientów, którzy skorzystali z Oferty. Nabywcą gwarancji pochodzenia jest Enea, a nie Klient. Certyfikat Towarowej Giełdy Energii poświadczający, że określona w nim ilość energii wprowadzonej do sieci została wytworzona w instalacji odnawialnego źródła energii, jest wydawany dla Enei. Umorzenie gwarancji pochodzenia energii przez Eneę uwzględniających ilości energii pobranej przez Klienta w ramach Oferty w danym roku, zostanie potwierdzone certyfikatem wydanym przez TÜV SÜD Polska sp. z o.o. na podstawie informacji otrzymanych od Enei.

infolinia: 611 111 111

enea.pl/eko-oferta-biznes



Kraków

kraków MEMORIAL WAGNERA

H.J. Wagner Memorial
28-30.08.2026

19th Three Mounds Run
20.09.2026

**12th PKO Cracovia
Royal Half Marathon**
11.10.2026

24th Cracovia Marathon
18.04.2027

**Kraków - the city
of sports emotions**



Zarząd Infrastruktury
Sportowej
w Krakowie

www.zis.krakow.pl

THE MOST IMPORTANT SPORTS EVENTS ON ONE ONLINE PLATFORM



PERSONAL ACCOUNT
history of starts and results



FAST REGISTRATION
for multiple events



INNOVATIVE SERVICES
directly from the registration form



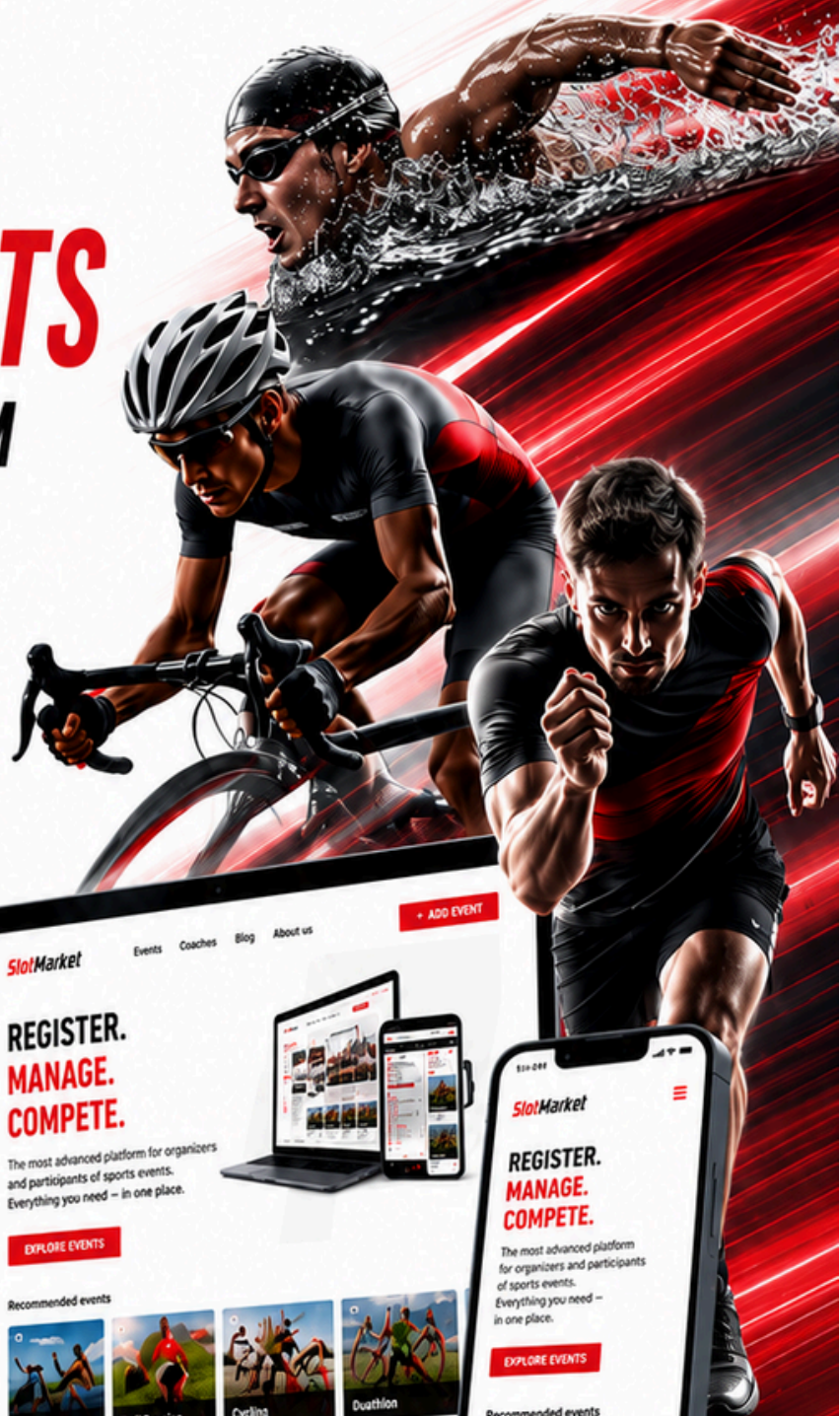
ONLINE PAYMENTS
secure and convenient



EVENT REVIEWS
your opinion matters



FIND A COACH
personal coach search engine
for endurance sports



MANAGE
REGISTER
PARTICIPATE



SECURE



FAST



CONVENIENT



VISIT US AT

www.slotmarket.pl



Zalew Zakrzówek

A picturesque body of water in Kraków, created in a former limestone quarry. Surrounded by cliffs and lush greenery, it is a popular spot for walking, swimming, and diving.





PLAC
SZCZEPAŃSKI

BIURO ZAWODÓW
Race office

IRONMAN Expo

Depozyt
Deposit

VIP ROOM

Strefa finishera
Finisher zone

Punkt medyczny
Medical point

Biuro prasowe
Media office

Meta
Finish

Kładka
Crosswalk

Pętla
Loop

Trybuna
Stand

Strefa kibica
Fanzone

RYNEK
GŁÓWNY

Scena/Dekoracje
Stage/Award ceremony

Run course

Kładka
Crosswalk



Mapa miasteczka IRONMAN Village

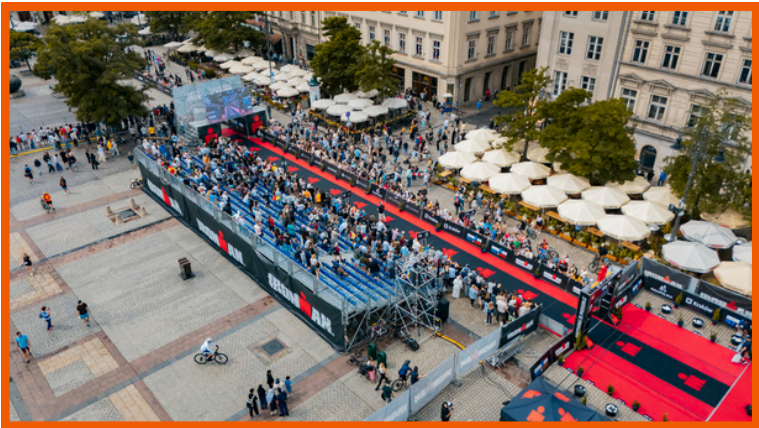


SCHEDULE



FRIDAY 31 JULY	Opening Hours	Description	Location
	15:00 - 20:00	Athlete check-in <i>IRONMAN 70.3, Relays, IRONKIDS, Good Morning Run</i>	Szczepański Square
	15:00 - 20:00	<i>Expo & Official Merchandise Store</i>	Szczepański Square
	15:30 - 19:15	<i>IRONMAN TALKS</i>	Szczepański Square

SATURDAY 1 AUGUST	Opening Hours	Description	Location
	8:00 - 10:00	Deposit <i>Good Morning Run</i>	Main Market Square
	9:00	Start <i>Good Morning Run</i>	Main Market Square
	9:45	Awards Ceremony <i>Good Morning Run</i>	Main Market Square
	10:00 - 18:00	<i>Expo & Official Merchandise Store</i>	Szczepański Square
	10:00 - 18:00	Athlete check-in <i>IRONMAN 70.3, Sztafety</i>	Szczepański Square
	10:00 - 13:30	Athlete check-in <i>IRONKIDS</i>	Szczepański Square
	10:00 - 13:30	<i>IRONMAN TALKS</i>	Szczepański Square
	12:00	Start <i>IRONKIDS</i>	Main Market Square
	12:00 - 20:30	Run bag (red bags) check-in T2 zone	Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Kraków Zachód
	12:00 - 21:30	Bike and bike bag (blue bag) check-in T1 Zone	Zakrzówek Park Wyłom St.
	14:15	Awards Ceremony <i>IRONKIDS</i>	Main Market Square





DRONE SHOW

 VISTULA BOULEVARDS

SATURDAY
1 AUGUST
09.30 PM

Don't miss the magic in the sky!



SCHEDULE



SUNDAY 2 AUGUST	Opening Hours	Description	Location
	6:00 - 7:30	T1 opening hours	Zakrzówek Parl, Wyłom St.
	6:00 - 8:30	Deposit opening hours	Park Zakrzówek, ul. Norymberska
	8:00	Start IRONMAN 70.3, Relays	Zakrzówek
	9:00 - 16:00	<i>Expo & Official Merchandise Store</i>	Szczepański Square
	11:30	Spodziewany finisz zwycięzcy <i>IRONMAN 70.3</i>	Main Market Square
	11:30 – 17:40	Deposit opening hours	Finisher Zone Main Market Square
	14:30 – 19:30	Check-out bike and bags – T2 zone	Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Kraków Zachód
	17:25	Expected finish of the last athlete	Main Market Square
	17:45	Awards Ceremony <i>IRONMAN 70.3</i>	Main Market Square
	18:45	Slot Allocation	Aula, Collegium Novum, Jagiellonian University

**Bikes cannot be brought inside, and gear bags cannot be left behind.*

See how to get there:

EXPO / RACE OFFICE	SZCZEPAŃSKI SQUARE	<u>LOCATION</u>
T1 ZONE	ZAKRZÓWEK, WYŁOM ST.	<u>LOCATION</u>
T2 ZONE	MIĘDZYSZKOLNY OŚRODEK SPORTOWY KRAKÓW ZACHÓD, PLAC NA GROBLACH	<u>LOCATION</u>
START	ZAKRZÓWEK	<u>LOCATION</u>
FINISH LINE	MAIN MARKET SQUARE	<u>LOCATION</u>
SLOT ALLOCATION	COLEGIUM NOVUM, JAGIELLONIAN UNIVERSITY	<u>LOCATION</u>



IRON TALKS



DATE	TIME	GUEST	LOCATION
FRIDAY 31.07.2026	15:30 - 16:15	Radosław Głodek	SZCZEPAŃSKI SQUARE
	17:00 - 17:45	Natalia Dybal	
	18:30 - 19:15	Ireneusz Kot	
SATURDAY 1.08.2026	10:30 - 11:15	Piotr Pogon	
	12:00 - 12:45	Mini Majk	
	13:30 - 14:15	Maciej Chuchmacz	
	15:00 - 15:45	Michał Wrzosek	
	16:30 - 17:15	Kacper Stępnia	



Twój biznes, *Twój sukces.*

razem możemy więcej!

Wiemy, że to, co robisz, wymaga wytrwałości, siły i otwartości na współpracę.
Jesteśmy bankiem globalnego biznesu.
Sprawdź, co możemy zrobić dla Twojej firmy.

citi handlowy®

Kościuszko Mound

A symbolic monument in Kraków, erected between 1820 and 1823 in honor of Tadeusz Kościuszko. Situated on a hill, it offers a panoramic view of the city and its surroundings.





IRONMAN EXPO



Opening Hours

15:00 - 20:00	Friday, 31 July
10:00 - 18:00	Saturday, 1 August
9:00 - 16:00	Sunday, 2 August

Info Point

If you have any questions, please come to the info point

Opening Hours

15:00 - 20:00	Friday, 31 July	Main Market Square
10:00 - 20:00	Saturday, 1 August	Main Market Square
9:00 - 18:00	Sunday, 2 August	Main Market Square

Exhibitors

ENTERPRISE	INONI
ENEA	TRISOLUTION
SPORT EVOLUTION	TRISTYLE
IRONMAN LOUNGE	BNA SPORT
IRONMAN TALKS	GOOD MOVE
MEDICAL SPORT	PROBIKE
226ERS	VELO TEAM
WESSPER	RAMY NA MEDAL
IDC TRADE	THE ROOTS
NOVARTAG	MARTOMBIKE
ALAB	MARSQUEST
HYDREX	SPORTCENTER



HERE FOR IT



GDY SAMA PODRÓŻ
STAJE SIĘ CELEM



IRONMAN EXPO



EXPO



- 1 MERCH
- 2 BIURO ZAWODÓW
- 3 ENTERPRISE
- 4 ENEA
- 5 BIURO GOOD MORNING RUN
- 6 SPORT EVOLUTION
- 7 IRONMAN LOUNGE
- 8 IRONMAN TALKS
- 9 MEDICAL SPORT
- 10 226ERS
- 11 WESSPER
- 12/13 IDC TRADE
- 14 PRESSMATIC
- 15 ALAB
- 16 HYDREX
- 17 INONI
- 18 TRISOLUTION
- 19 TRISTYLE
- 20 TRIWISE
- 21 GOOD MOVE
- 22 PROBIKE
- 23 VELO TEAM
- 24 PSI BUFET
- 25 RAMY NA MEDAL
- 26 THE ROOTS
- 27 MARTOMBIKE
- 28 MARSQUEST
- 29 SPORTCENTER





OFFICIAL MERCHANDISE STORE

MULTIMEDIALNY PARK FONTANN
SKWER 1 DYWIZJI PANCERNEJ WP,
00-221 WARSZAWA



GODZINY OTWARCIA | OPENING HOURS

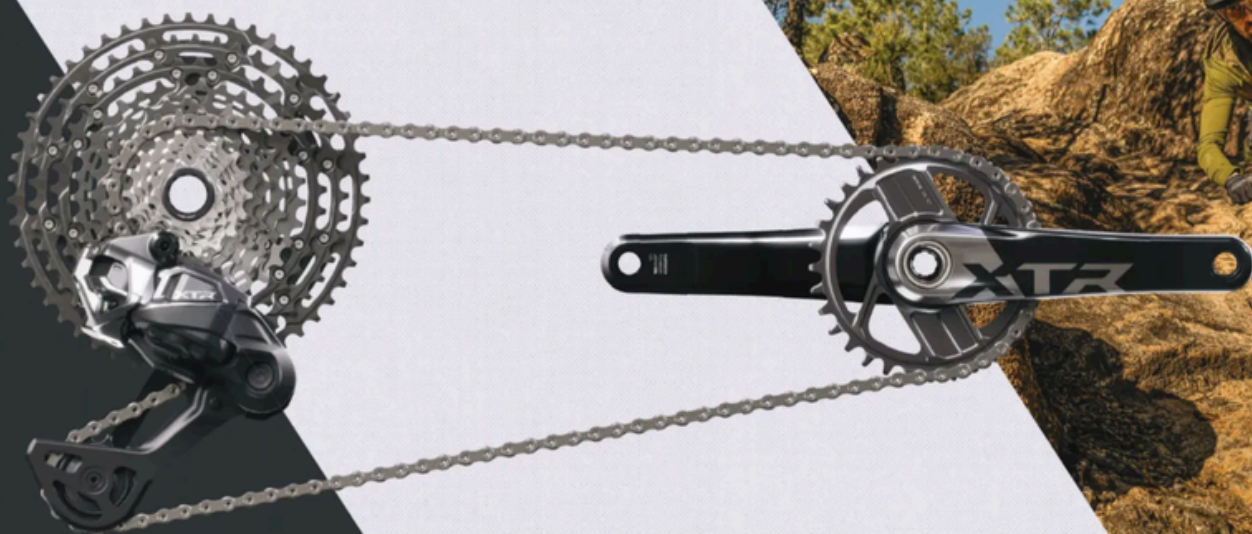
PIĄTEK FRIDAY
15:00-20:00

SOBOTA | SATURDAY
10:00-18:00

NIEDZIELA | SUNDAY
9:00-16:00

Ready for Anything.

SHIMANO



XTR

Robust.
Intuitive.
Consistent.



CZANIECKI

MOC



SMAKU

www.czaniecki.pl

drWitt

SPORT I NAWODNIENIE



**FUNKCJONALNE
ORZEŻWIENIE**



WSPARCIE NA CO DZIEŃ



Wawel Royal Castle

The former residence of Polish kings and one of the most important historical sites in the country. It impresses with its Renaissance architecture, arcaded courtyard, and rich museum collections, including the royal apartments and the treasury.



Location



soslink+



WIĘCEJ SPORTU, MNIEJ STRESU.

SOSlink to cyfrowy nieśmiertelnik z szyfrowanym kodem QR, w którym są zapisane: Twoje dane, kontakt do najbliższych, alergie, dane o chorobach, przyjmowane leki, Twoja grupa krwi.

Bez zakładania konta, bez subskrypcji, działa bez aplikacji.

**DLA ZAWODNIKÓW IRONMAN POLAND
MINUS 50% NA ZESTAW NAKLEJEK
I DOSTĘP DO CYFROWEJ KARTY ICE.
DO ZREALIZOWANIA NA
[SOSLINK.CC](https://www.soslink.cc)**

Na Twój drugi kask,
dla bliskiej osoby,
dla Twojego dziecka.

**KOD:
IM50**

grawer bus



TWOJE IMIĘ I NAZWISKO

Umieść swoje imię
i nazwisko na medalu

TWÓJ CZAS

Umieść na medalu
czas uzyskany w wyścigu

PRZYJDŹ PO WYŚCIGU WYGRAWEROWAĆ SWÓJ MEDAL

UWIECZNIJ SWÓJ WYSTĘP
I ZAPAMIĘTAJ BIEG NA ZAWSZE

☎ 884 911 777

🌐 www.grawerbus.com

✉ kontakt@grawerbus.com

02.08.2026 — IRONMAN 70.3 Kraków

f @ znajdź nas



Twoje zdjęcia **ONLINE**

Profesjonalna fotografia sportowa
z największych imprez w Polsce

MARATOMANIA.pl



- wejdź na maratomania.pl
- wpisz numer startowy
- pobierz swoje zdjęcia



📺
zdjęcia HQ

📹
ujęcia z drona

📽
filmy z mety

📷
7 fotografów



226ERS

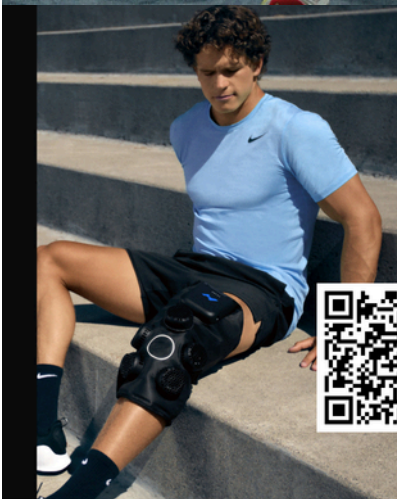
LIMITOWANA EDYCJA ZESTAWÓW FUELINGOWYCH

Gotowe zestawy z żelami, produktami wspierającymi nawodnienie i proces carbloadingu, opracowane starannie przez dr Mariannę Hall, by pomóc Ci utrzymać odpowiedni poziom energii od startu do mety.

DOPING FREE



Zeskanuj i zamów



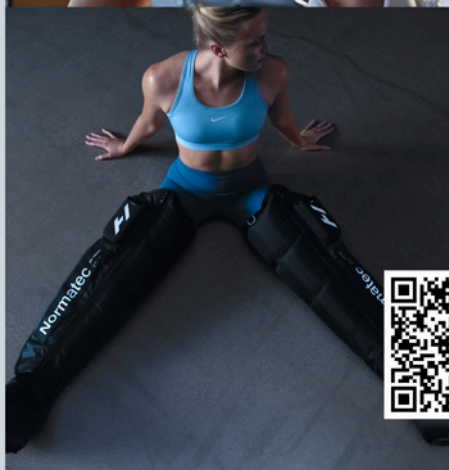
Urządzenia
Contrast
ciepło, chłodzenie i kompresja



Seria
Venom
rozgrzewająco-wibracyjna



Pistolety
Hypervolt
masaż perkusyjny



Normatec
drenaż limfatyczny

Hyperice

Nie pozwól, by zmęczenie dyktowało warunki! Hyperice to technologia, z której korzystają najlepsi sportowcy świata, by skrócić czas regeneracji do minimum.

Sukiennice

A historic market hall located on the Main Market Square, serving as one of the city's symbols. It has fulfilled a commercial function for centuries, and today it houses galleries, souvenir shops, and a branch of the National Museum.



Location



 wessper

B2 STAINLESS STEEL Actitex™



ARCYKSIĄŻĘCY BROWAR ZAMKOWY CIESZYN

•1846•
Cieszyn™

Piwo jak dawniej, z Browaru, nie z fabryki.

Trasa pływacka 1900 m
/ Swim course

Enea

IRONMAN
70.3  **KRAKÓW**
POLAND





IRONMAN

70.3[®]



KRAKÓW
POLAND

Zakrzówek Transition Zone 1

WEJŚCIE
ENTRY
801-1500

WEJŚCIE
ENTRY
1501-2100

STREFA ZMIAN T1 TRANSITION ZONE T1

SEKTOR A SZTAFETY
2001-2100

SEKTOR B 1801-2000
1601-1800

SEKTOR C 1401-1600
1201-1400

SEKTOR D 1001-1200
801-1000

SEKTOR E 601-800
401-600

SEKTOR F 201-400
1-200

EXIT
WYJŚCIE

WEJŚCIE
ENTRY
1-800



TO START

START PŁYWANIA
SWIM START

WYJŚCIE Z WODY
SWIM EXIT

STREFA STARTOWA WEJŚCIE
STARTING ZONE ENTRY

STREFA ROZGRZEWKI WYJŚCIE
WARM-UP EXIT

STREFA ROZGRZEWKOWA
WARM-UP AREA

STREFA ROZGRZEWKI WEJŚCIE
WARM-UP AREA ENTRY

DEPOZYT
DEPOSIT

WIESZAKI
HANGERS

SZATNIE
LOCKER-ROOM

KŁADKA DLA PIESZYCH
PEDESTRIAN BRIDGE

BARIERKI
BARRIERS

STREFA ZMIAN T1
TRANSITION ZONE T1

P

P

P

P

ATHLETE'S PARKING
WJAZD / ENTRY

Gronostajowa

Aljo Wawelska

Łojasiewicza

Grota-Róweckiego

Aljo Wawelska

Norymberska

Pychowicka

Norymberska

Grota-Róweckiego

Rozthorowskiego

phoenixfoundation.com



PHOENIX

QEMETICA®



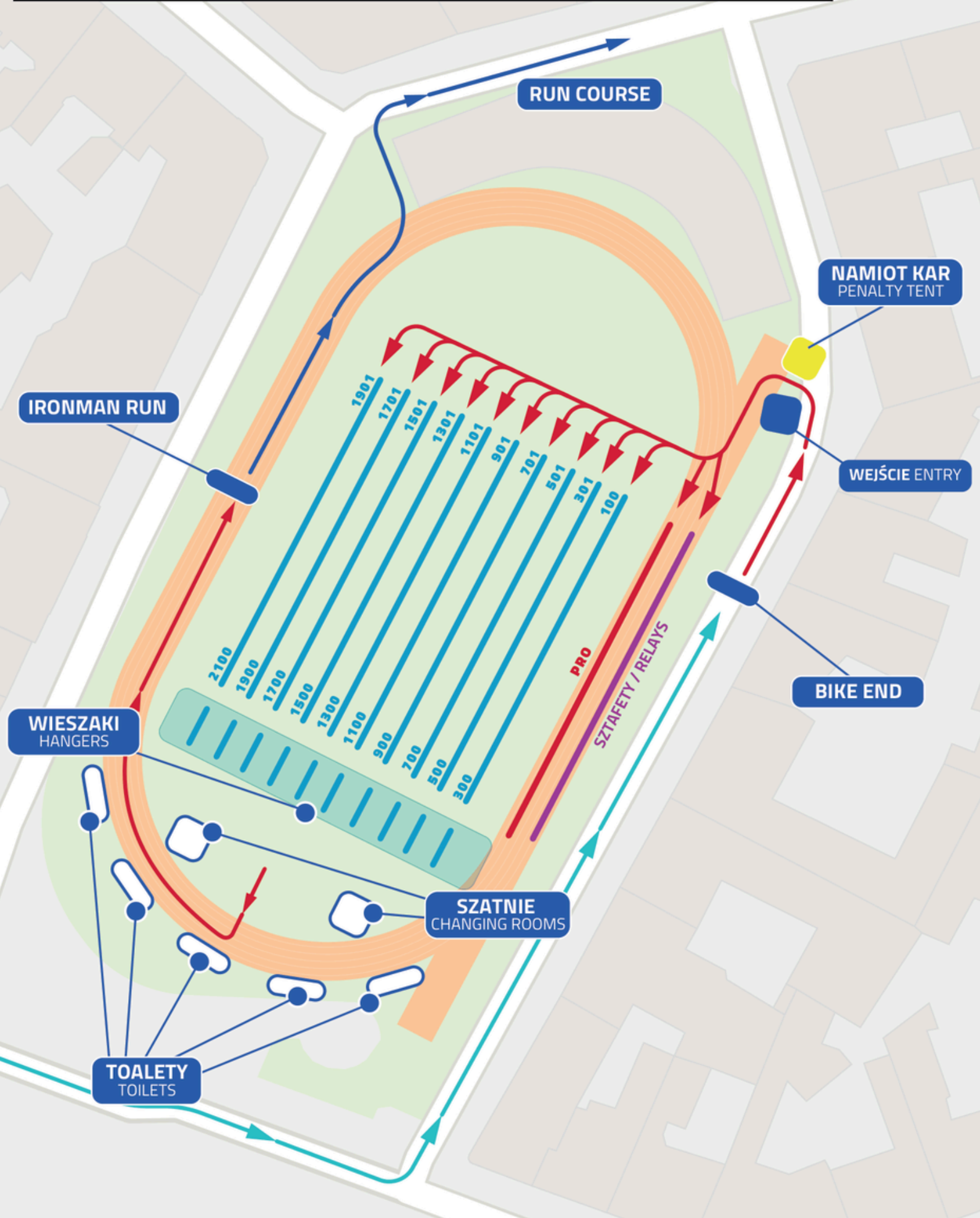
TOGETHER**WE**RISE



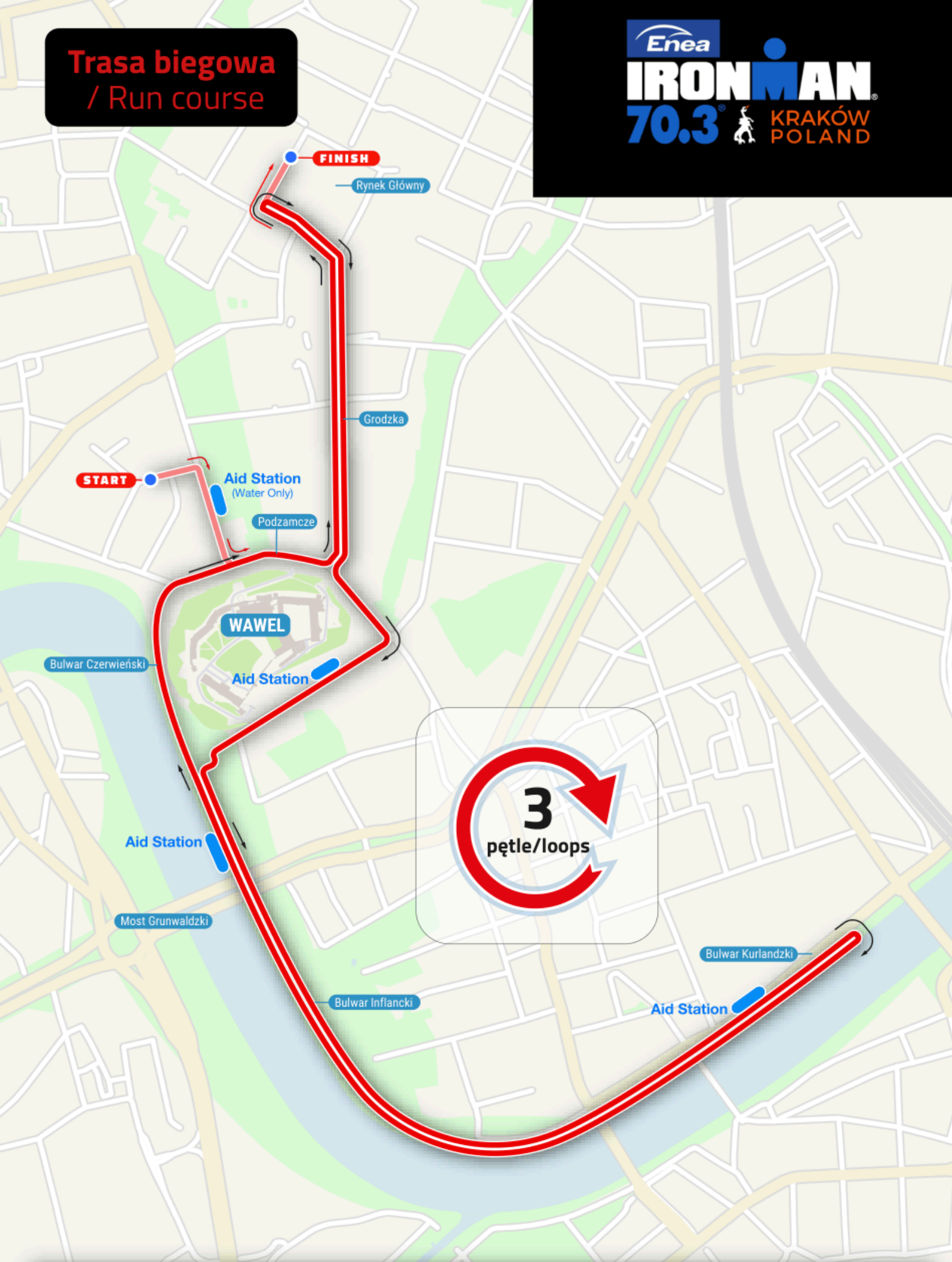


Strefa Zmian T2

Transition Zone 2



Trasa biegowa / Run course



Awards Ceremony



Sunday, 2 August

Time	Description	Location
17:45	Awards Ceremony	Main Market Square

- Trophies for the top 5 PRO men/women
- Trophies for the top 3 athletes in each age group
- Trophies for the top 3 relay teams (men's, women's, mixed)
- Trophies for the top 3 triathlon clubs
- Trophy for the Kraków Female and Male Champion

Attendance at the awards ceremony is mandatory.

Trophies will not be shipped afterward.

Individuals who have not consented to the publication of their personal data are assigned to the Open Division. They are not included in the official athlete rankings and are not eligible for the Slot Allocation.



Wawel Dragon

A legendary creature associated with the origins of Kraków. Its sculpture stands at the foot of Wawel Hill and breathes real fire every few minutes, drawing crowds of tourists. It is one of the city's most recognizable attractions, especially loved by children.



Location



GOOD TO KNOW



Got Questions?

Send us a message on Facebook or email us at: krakow70.3@ironman.com

Lost & Found

- During the event: Found items will be available at the Information Point.
- After the event: Please contact us at krakow70.3@ironman.com to claim your missing belongings and arrange for their return.
- Shipping costs are covered by the athlete.
- All unclaimed items will be disposed of within 30 days after the event concludes.

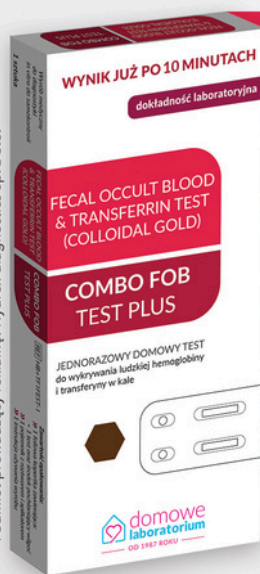
Health & Safety

- Athletes: Safety first—do not take unnecessary risks. Please make sure you have provided your Emergency Contact (ICE) details in your account on the SlotMarket.pl portal.
- Spectators: If an athlete stops showing up on the tracking app, it usually just means there is an issue with their timing chip. In the event of an actual emergency, the organizer will contact the designated emergency contact person directly.



Zdrowy tryb życia

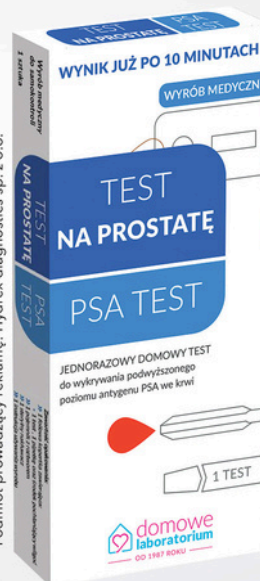
- profilaktyka z testami **FOB** i **PSA**



FECAL OCCULT BLOOD & TRANSFERRIN TEST (COLLOIDAL GOLD)

COMBO FOB TEST PLUS

Test na krew utajoną w kale
COMBO FOB Test Plus jest jakościowym testem wykrywającym ludzką hemoglobinę i transferynę w próbkach ludzkiego kału.



TEST NA PROSTATĘ

PSA TEST

PSA Test to narzędzie diagnostyczne do domowego użytku, przeznaczone do wykrywania podwyższonego antygenu prostaty, który towarzyszy zmianom chorobowym w odrębie gruczołu krokowego.

HYDREX

WWW.DOMOWELABORATORIUM.PL

To jest wyrób medyczny.
Stosuj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

HOW TO FOLLOW THE RACE?



Cheering

Enea IRONMAN 70.3 Kraków is a massive sporting celebration that will gather hundreds of athletes from all over the world. **We invite you to cheer them on at the finish line and all along the run course to support the athletes and experience the incredible IRONMAN atmosphere.**

- Spectators can cheer along the entire length of the run course.
- For the safety of both spectators and coaches, please remain on the sidelines of the route.

IRONMAN.com

On the IRONMAN.com website, you will find all the most important event details, as well as a link to the LIVE leaderboard, the positions of your favorite athletes, and other available features.

IRONMAN Tracker App

Enea IRONMAN 70.3 Kraków provides real-time updates and LIVE results via the IRONMAN Tracker app. Features include live participant tracking, instant notifications, leaderboards, map tracking, event updates, event information, and much more!

- Live Web Tracker: See times and current paces within seconds of a participant crossing each checkpoint. Estimated times will be provided based on their current pace.
- Leaderboard: See who is leading via the live leaderboard. The top runners in each category will be displayed in real time.
- Live Map Tracking: Participants' locations will be shown on an interactive course map as they progress along the route. Each participant's position is estimated based on the most recent time recorded at a checkpoint.



[DOWNLOAD THE APP](#)

**KAWA PRZED STARTEM
TO NIE DODATEK.
TO POCZĄTEK RYTMU...**

*Take
your
Shot*

GOOD MORNING RUN KRAKÓW

**TO PORANEK DLA TYCH, KTÓRZY
WOLĄ RUSZYĆ, NIŻ ODKŁADAĆ
ENERGIĘ NA PÓŹNIEJ.**

**NA MECIE BĘDZIE CZEKAĆ AROMATYCZNA
KAWA OD *Segafredo***

**DLA TYCH, KTÓRZY CHCĄ ZŁAPAĆ ODDECH
I DOBRZE ROZPOCZĄĆ DZIEŃ**





GOOD MORNING RUN



Friday, 31 July

Time	Description	Location
15:00 - 20:00	Athlete check-in	Szczepański Square

Saturday, 1 August

Time	Description	Location
8:00 - 10:00	Deposit	Main Market Square
9:00	Start	Main Market Square
9:45	Awards Ceremony	Main Market Square

To collect your starter kit, please present your printed QR ticket or display it on your phone, and have your ID card or passport ready. The QR code can be downloaded from the SlotMarket portal by logging into your account and navigating to the "Registration History" tab.

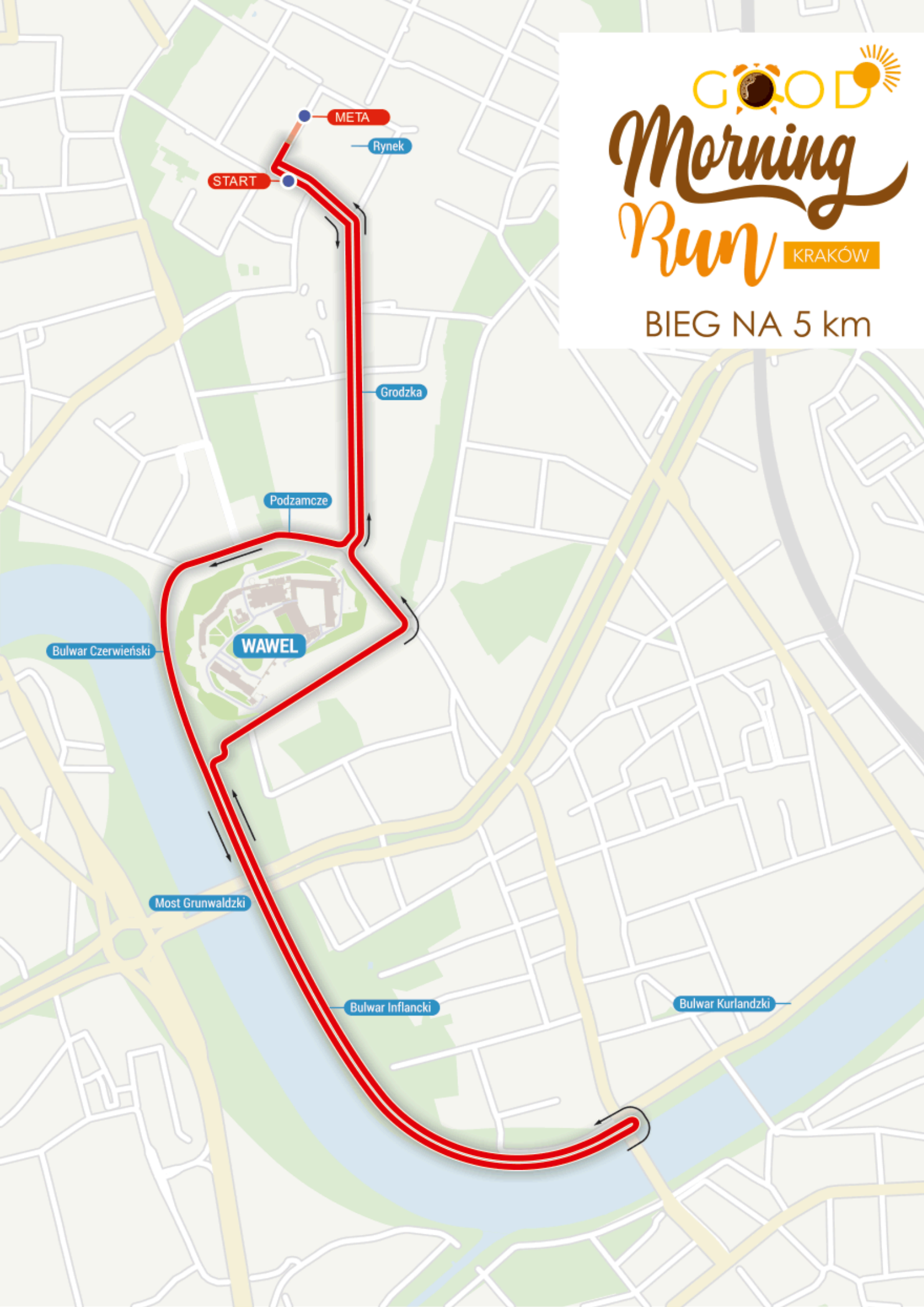
Starter Kit Collection by a Third Party

If you cannot collect your starter kit in person, you must provide the person collecting it on your behalf with your QR code and a photocopy of your ID. This allows us to verify that the details match. The photocopy of the ID is for viewing purposes only and will not be kept by the staff.



GOOD
Morning
Run KRAKÓW

BIEG NA 5 km





PHO3NIX IRONKIDS KRAKÓW



Before Enea IRONMAN 70.3 KRAKÓW gets underway, young athletes will take over the course! Once again, the youngest competitors will stand at the starting line of the **Pho3nix IRONKIDS Kraków** to tackle the running route.

- Age Groups: Young athletes aged 3–15 years old are eligible to participate.
- Distance: The length of the course depends on the specific age category.
- Start Times: Children will start in waves corresponding to their distances. The first wave kicks off at 12:00 PM, with subsequent waves starting every 20 minutes. Your child's exact start time can be found on the official start list.

Friday, 31 July

Time	Description	Location
15:00 - 20:00	Athlete check-in	Szczepański Square

Saturday, 1 August

Time	Description	Location
10:00 - 13:30	Athele check-in	Szczepański Square
12:00	Start	Main Market Square
14:15	Awards Ceremony	Main Market Square





POBIERZ APLIKACJĘ SPORTANO



sportano.pl

SKLEP SPORTOWY W TWOJEJ KIESZENI

**RUSZAJ PO NAJLEPSZĄ
BIEGOWĄ OFERTĘ**

Z WYSYŁKĄ W 24 GODZINY





X 2

NAWROTKA

PLAC DOMINIKAŃSKI

TRAFFIC DISRUPTIONS



Sunday, August 2 – Bike Course Road Closures (7:00 AM – 3:00 PM)

- Wyłom St.
- Norymberska St.
- Łagiewnicka Route (including Roztworowskiego St.)
- Witosza St.
- Nowosądecka St.
- Wielicka St.
- National Road 94 (DK 94) in the Wieliczka and Bochnia districts
- Route 965 in the Wieliczka and Bochnia districts, Kazimierza Brodzińskiego St., Kazimierza Wielkiego St., and the Bochnia Market Square (Rynek w Bochni)

Return route to Kraków (same streets in reverse):

- Wielicka St.
- Nowosądecka St.
- Witosza St.
- Łagiewnicka Route (including Roztworowskiego St.)
- Norymberska St.
- Tyniecka St.
- Tyniecka Boulevard (under the Zwierzyniecki Bridge)
- Poleski Boulevard
- Dębnicki Bridge (lane heading towards Zwierzyniecka St.)
- Zwierzyniecka St.
- Powiśle St.
- Plac na Groblach

Sunday, August 2 – Run Course Road Closures (10:00 AM – 5:45 PM)

- Plac na Groblach
- Straszewskiego St.
- Podzamcze St.
- Plac ojca Adama Studzińskiego
- Grodzka St.
- Main Market Square (Rynek Główny)
- Bernardyńska St.
- Inflancki Boulevard (up to the Powstańców Śląskich Bridge)
- Czerwieński Boulevard



Infoline
500 261 000

Infoline opening hours:

31.07 (Friday) 20:00 – 23:00
1.08 (Saturday) 10:00 – 20:00
2.08 (Sunday) 7:00 – 17:00

TRAFFIC CROSSINGS



NA NASTĘPUJĄCYCH SKRZYŻOWANIACH ZOSTANĄ UTWORZONE ŚLUBY KOMUNIKACYJNE, UMOŻLIWIĄCE PRZEJAZD W POPRZEK TRASY WYŚCIGU:

MIASTO KRAKÓW

- skrzyżowanie ul. Grota Roweckiego z ul. Norymberską w Krakowie – możliwy jedynie przejazd komunikacji zbiorowej KMK (tramwaj/autobus wymóg ZTP Kraków)
- skrzyżowanie ul. Turowicza z ul. Herberta w Krakowie (trasa przejazdu rowerowego w tunelu), przejazd bezkolizyjny przez cały czas imprezy
- skrzyżowanie ul. Witosza z ul. Nowosądecką i ul. Łużycką w Krakowie
- skrzyżowanie ul. Nowosądeckiej z ul. Kamieńskiego i ul. Wielicką w Krakowie – możliwy jedynie przejazd komunikacji zbiorowej KMK (tramwaj/autobus wymóg ZTP Kraków)
- skrzyżowanie ul. Wielickiej z ul. Teligi i ul. Kostaneckiego w Krakowie – możliwy jedynie przejazd pojazdów uprzywilejowanych do i z szpitala
- ul. Kosocińska w Krakowie przejazd bezkolizyjny przez cały czas imprezy tunelem pod trasą przejazdu rowerowego

BOCHNIA I POWIAT BOCHEŃSKI

- skrzyżowanie ul. Bredzińskiego z ul. Samlickiego (DW 965) w Bochni

WIELICZKA I POWIAT WIELICKI

- skrzyżowanie DK 94 z ul. Bogucką w Wieliczce
- skrzyżowanie DK 94 z ul. Czarnochowską w Wieliczce
- skrzyżowanie DK 94 z ul. Niepoleską (DW 964) w Wieliczce
- skrzyżowanie DK 94 z ul. Krakowską w m. Grodkowice
- skrzyżowanie DK 94 z ul. Grottgera w Wieliczce

Dodatkowo będzie możliwe bezkolizyjne przejeżdżanie przez trasę przejazdu rowerowego dla pojazdów do 10t po obiektach inżynierskich typu wiadukt nad DK 94 lub tunel pod DK 94 w lokalizacjach:

- wiadukt nad DK 94 w m. Sulków
- tunel pod DK 94 w m. Bódzanów
- tunel pod DK 94 w m. Słomiróg
- wiadukt nad DK 94 w m. Brzezina

W dniu wyścigu obowiązują zmieniony rozkład komunikacji miejskiej.

Więcej informacji na temat zmian w organizacji ruchu oraz komunikacji miejskiej na stronach:

www.ironmankrakow.com

www.mpk.krakow.pl

GOOD LUCK!



TITLE SPONSOR

HOST CITY



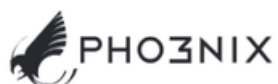
STRATEGIC PARTNERS



OFFICIAL SPONSORS



SPONSORS



PARTNERS



MEDIA PARTNERS



COMMUNITY PARTNER

