Wersja PL

**#CAŁEŻYCIEWBIEGU, by pomagać**

**Zgłoś swój udział w Biegu Firmowym!**

Integracja z zespołem. Rywalizacja. Pobicie życiówki na 5 km. Sportowy cel, który będzie Cię motywował do aktywności. Bez względu na to, jakie jest twoje „why”, Bieg Firmowy to impreza dla Ciebie. Ponieważ to coś więcej niż sztafeta sportowa.

To wyjątkowa inicjatywa, w ramach której 5-osobowe zespoły z naszej firmy, mogą realnie wpłynąć na życie dzieci potrzebujących wsparcia oraz ich rodzin.

Pomóżmy im, jak umiemy.

Biegiem, truchtem, marszem – nieważne jak. Ważne, że z sercem! 💙

**Biegniemy w jednym celu**

Bieg Firmowy wspiera podopiecznych Fundacji Everest. To dzieci, które każdego mierzą się z wyzwaniami zdrowotnymi.

W edycji 2025 pod skrzydła Fundacji trafiło 19 małych bohaterów potrzebujących kosztownego leczenia i rehabilitacji. Dzięki zaangażowaniu biegaczy na ten cel oraz opiekę psychologiczną i wytchnieniową dla rodzin przekazano rekordowe 1,03 mln zł.

Od początku istnienia projektu, czyli 2012 roku, coroczne wydarzenia pozwoliły zgromadzić do tej pory łącznie aż 4 051 638 zł.

Ilu dzieciom pomożemy w tej edycji? To okaże się już niebawem!

**Kiedy i gdzie?**

🗓️ **24 maja (niedziela)**

Stacjonarnie we Wrocławiu na Stadionie Olimpijskim we Wrocławiu oraz z aplikacją z dowolnego miejsca na świecie.

Bieg stacjonarny odbędzie się w dwóch turach:

* tura I (10:00 - 13:00)
* tura II (14:00 - 17:00)

Podczas zgłaszania chęci udziału, dajcie nam znać, w której puli chcielibyście wystartować!

*Ostateczna decyzja zależy od koordynatora, który rozpatrzy, ile zespołów chce biec w danej turze oraz dostępności tur startowych w momencie zapisu.*

**Jak wygląda bieg?**

Bieg Firmowy to sztafeta, w której biorą udział 5-osobowe drużyny firmowe. Każda osoba pokonuje dystans 5 km z pałeczką sztafetową, którą przekazuje kolejnej osobie z zespołu w strefie zmian.

Zobacz, jakie emocje towarzyszyły uczestnikom zeszłorocznej edycji i zastanów się już teraz nad kreatywną nazwą swojej drużyny!

AFTERMOVIE: ["Coś się poruszyło" - AFTERMOVIE BIEG FIRMOWY 2025](https://youtu.be/I-hWHDBtPDM?si=0yRKQ6cBhT5pokYR)

**Jak się zgłosić?**

Wewnętrzne zapisy koordynuje: [imię i nazwisko koordynatora], [email]

Zgłoś swoją chęć uczestnictwa w biegu stacjonarnym lub z aplikacją do [termin wewnętrzny] na podany adres e-mail. W tytule wiadomości wpisz [nadaj tytuł].

Jeśli zgłaszasz całą drużynę, podaj imiona i nazwiska, adresy e-mail oraz kolejność startu zawodników. Załącz ich w DW. Super, jeśli określisz też nazwę drużyny!

🚨Gdy koordynator dokona zapisu, otrzymasz na swoją skrzynkę potwierdzenie zapisu z linkiem do uzupełnienia danych osobowych.

**Ile dobra wybiegamy w 2026 roku? Dowiemy się już w maju!**

Pamiętaj, że liczy się cel, a nie czas i sposób, w jaki pokonamy dystans. Do zobaczenia na miejscu lub na Waszych relacjach online! 🏃

**Przydatne linki**

<https://biegfirmowy.pl/>

[Facebook](https://www.facebook.com/BiegFirmowy) I [Instragram](https://www.instagram.com/biegfirmowy/?hl=pl) I [LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/biegfirmowy/?viewAsMember=true)

EN version

**Your 5K Can Change a Life**

**Sign up for Bieg Firmowy!**

Team bonding. A bit of competition. Breaking your 5k personal best. A fitness goal that keeps you motivated. Whatever your “why” is, Bieg Firmowy is the event for you – because it’s so much more than just a relay race.

It’s a unique initiative where 5-person teams from our company can truly impact the lives of children in need and their families.

Let’s help them in the way we can.

Run, jog, walk — it doesn’t matter how. What matters is that you do it with heart!

**We run for one purpose**

Bieg Firmowy supports the beneficiaries of the Everest Foundation — children who face serious health challenges every day.

In the 2025 edition, 19 young heroes requiring expensive treatment and rehabilitation received support from the Foundation. Thanks to the runners’ involvement, a record PLN 1.03 million was donated toward medical care, psychological support, and respite care for their families.

Since the first run in 2012, the event has raised a total of PLN 4,051,638.

How many children will we help this year? We’ll find out soon!

**When and where?**

🗓️ 24 May (Sunday)

On-site in Wrocław at the Olympic Stadium — and virtually via the mobile app from anywhere in the world.

The on-site run will take place in two waves:

* Wave I: 10:00–13:00
* Wave II: 14:00–17:00

When registering, let us know which wave you’d prefer to join!

*The final assignment depends on the coordinator, who will consider the number of teams and availability at the time of sign-up.*

**How does the run work?**

Bieg Firmowy is a relay race for 5-person company teams. Each participant completes a 5 km loop with a relay baton, passing it to the next teammate in the changeover zone.

Check out the emotions from last year’s edition and start brainstorming a creative team name!

AFTERMOVIE: [BIEG FIRMOWY 2024: AFTERMOVIE 🏃🏃🏻‍♀️](https://www.youtube.com/watch?v=tikAWZMyUOg)

**How to apply?**

Internal registrations are coordinated by [name of coordinator], [email].

Send your participation request (on-site or with the app) by [internal deadline] to the email above. Include [subject line] as the email subject.

If you’re registering a full team, provide:

* names and email addresses of team members,
* their running order,
* CC all participants,
* and add your team name if you already have one!

🚨 Once the coordinator completes the registration, you’ll receive a confirmation email with a link to fill in your personal data.

**How much good will we run for in 2026? We’ll find out in May!**

Remember – the mission matters more than the pace or how you cover the distance. See you at the starting line or in your online stories! 🏃

**Useful links**

<https://biegfirmowy.pl/>

[Facebook](https://www.facebook.com/BiegFirmowy) I [Instragram](https://www.instagram.com/biegfirmowy/?hl=pl) I [LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/biegfirmowy/?viewAsMember=true)