

**Informacja z mojego uczestnictwa  
w I Mistrzostwach Polski Budowlanych i Architektów w biegu długodystansowym na 10km  
zorganizowanych dnia 9 kwietnia 2011r. w ramach 3 Biegu Częstochowskiego**

O organizowanej imprezie jaką były **I MPBiA** dowiedziałam się od Waldemara Szlepera - Krajowego Rzecznika Odpowiedzialności Zawodowej PIIB i nie musiałam być do niej namawiana – szybko podjęłam decyzję o uczestniczeniu w niej.

Celem imprezy była aktywizacja budowlanych i architektów przez popularyzację biegania jako najprostszej formy ruchu, co pozwala na oderwanie od codziennego życia zawodowego. Uczestnicy którzy zadeklarowali swój udział w I Mistrzostwach Polski Budowlanych i Architektów na dystansie 10 km musieli potwierdzić swoje kwalifikacje zawodowe poprzez okazanie w dniu biegu świadectwa ukończenia szkoły zawodowej o profilu budowlanym, dyplom technika budownictwa/ architektury, dyplom ukończenia studiów o profilu budownictwo / architektura bądź legitymacji SARP, PZITB lub zaświadczenia z Izby Zawodowej.

Na całej trasie był doping kibiców i zwolenników biegu.

Trasa biegu obejmowała dwa okrążenia wokół Klasztoru Jasna Góra, zawodnicy objęci byli indywidualnym elektronicznym pomiarem czasu (każdy z zawodników miał przy kostce nogi mocowany chip kontrolny z elektronicznym pomiarem czasu). Trasa posiada twardą nawierzchnię – kamienną i bitumiczną i była bardzo dobrze przygotowana i oznakowana. Pogoda była odpowiednia do biegu – 10°C, z przelotnym opadem deszczu i gradu oraz słońcem. Poziom uczestników Biegu był bardzo wysoki, duże przewyższenia terenu, niełatwa trasa.

**W I mistrzostwach Budowlanych i Architektów** trasę 10 km **pokonało 47 osób** tj. 6 kobiet i 41 mężczyzn . Każdy uczestnik, który ukończył bieg otrzymał pamiątkowy medal i pamiątkową koszulkę startową. Był to mój pierwszy „publiczny występ w bieganiu”, przebiegnięcie tej trasy zajęło mi 1 godzinę, a w kategorii kobiet zajęłam II miejsce.

Bardzo się cieszę z uczestnictwa w tym Biegu, z panującą przyjazną atmosferą, z miłą rywalizacją. Szczerze zachęcam Inżynierów DOIIB do uczestnictwa w II Mistrzostwa Polski Budowlanych i Architektów, mój wynik jest do pobicia.

Zwycięzcą może czuć się każdy kto zdecydował się na udział w tej imprezie, kto przebiegł trasę 10 km – przecież nie jesteśmy profesjonalnymi biegaczami, a swój profesjonalizm mamy wykazywać na niwie zawodowej.

Organizatorzy Biegu wykazali się zaangażowaniem i dobrą organizacją – zapewniona zastała baza socjalna dla przygotowań zawodników, Biuro Zawodów, miejsce startu, bezpiecznie zostały wydzielone, oznakowane i monitorowane trasy biegowe, woda do picia na trasie a po biegu posiłek regeneracyjny i kawa.

Spotkałam się z życzliwością i przyjaźnią Organizatorów Biegu oraz Władz Śląskiej Okręgowej Izby Inżynierów Budownictwa w Katowicach.

Biegam od zawsze, bieganie jest moim sposobem na życie – daje mi siłę charakteru, odpoczynek, relaks, zdrowie. Jest to mój sposób na stres, zmęczenie, smutek.

Jestem miłośniczką zwierząt, na co dzień biegam z moimi trzema psami (Akity Amerykańskie), prowadzę życie w ruchu i w kontakcie z przyrodą. Mieszkam w Cieplicach k/Jeleniej Góry, i to miejsce sprzyja takim przyjemnościom. Zachęcam wszystkich do biegania. Z serdecznymi pozdrowieniami .



**Przed startem:**  
Danuta Duch-Mackaniec, Waldemar  
Szeleper, Radek Mazurek i Małgosia  
Szeleper - Mazurek



**Na trasie biegu**



**Radość po udanym biegu – Radek  
Mazurek i Danuta Duch-Mackaniec**





Już po emocjach, przyjemne chwile z wiernymi kibicami.

Na zdjęciu od lewej: Ryszard Hulboj, Dorota Przybyła, Mazurek Radosław, Renata Hulboj, Danuta Duch-Mackaniec, Waldemar Szleper, Małgorzata Szleper – Mazurek



Przyjemna chwila uznania i dekoracji przez Śląską Okręgową Izbę Inżynierów Budownictwa - Waldemara Szlepera , Franciszka Buszkę



Zapraszam Inżynierów DOIIB do uczestnictwa w II Mistrzostwa Polski Budowlanych i Architektów, mój wynik jest do pobicia.



**Ja i moi Przyjaciele na trasach biegowych  
w Jakuszykach -Dragon, Michał i Domino.**

Wszystkie zdjęcia wykorzystane w powyższej informacji pochodzą z moich zbiorów, wykonane zostały przez mojego Syna.

**Danuta Duch-Mackaniec**