

NIEZBEDNIK ZA WODNIKA

FORMOZA CHALLENGE

CHODZIEŻ

13.09.2026



**FORMOZA
CHALLENGE**



CZOŁEM ZAWODNICY!

Znajdziecie tutaj wszystkie niezbędne informacje:

- ☞ co, gdzie i kiedy się odbywa,
- ☞ co zabrać ze sobą,
- ☞ jak się przygotować do udziału w zawodach.

Zachęcamy do dokładnego zapoznania się z naszym prostym niezbędnikiem — mamy nadzieję, że ułatwi Wam organizację oraz spokojny i bezpieczny udział w naszej imprezie.

Do zobaczenia na starcie!

FORMOZA CHALLENGE TEAM





NIGDY
NIE ZOSTAWIAMY
SWOICH

F O R M O Z A C H A L L E N G E

2026



LOKALIZACJE



GARCAREK



Militaria.pl



BROWAR FORTUNA

 **Pyszne.pl**

 **Pyszne.pl**

PWiK
w Obornikach Sp. z o.o



BROWAR FORTUNA

PWiK
w Obornikach Sp. z o.o

FORMOZA CHALLENGE

Militaria.pl

GARCAREK



JEDNOSTKA WOJSKOWA FORMOZA

im. gen. broni Włodzimierza POTASIŃSKIEGO



FORMOZA to elitarna jednostka Wojsk Specjalnych, której głównym celem jest prowadzenie operacji specjalnych w środowisku wodnym i na lądzie w czasie pokoju i kryzysu, porównywalną nie bez przyczyny do amerykańskich „SEALs”

Mając na uwadze wysokie wymagania sprawnościowe oraz motywację połączoną z wysoką wartością Patriotyzmu w procesie rekrutacji do tego elitarnego pododdziału, Jednostka przyłączyła się do organizacji projektu poszukując w ten sposób osób które mają silną wolę, motywację i wytrzymałość, chcąc przez to zachęcić do ciekawej, ale i wymagającej służbie w Jednostce.



VIDEO



Gmina Oborniki
paleta możliwości



Kalisz



HARMONOGRAM FORMOZA CHALLENGE CHODZIEŻ

GODZINA	NIEDZIELA 13.09
8:00 – 14:00	ODBIÓR PAKIETÓW – PŁYWALNIA DELFIN STANISŁAWA STASZICA 12, 64-800 CHODZIEŻ
8:45	OFICJALNE OTWARCIE ZAWODÓW FORMOZA CHALLENGE CHODZIEŻ
8:50	ODPRAWA TECHNICZNA – FORMAT LONG
9:00	START I FALI FORMAT LONG
10:20	ODPRAWA TECHNICZNA – FORMAT ULTRA
10:30	START I FALI FORMAT ULTRA
10:50	ODPRAWA TECHNICZNA – FORMAT TEAM LONG
11:00	START I FALI FORMAT TEAM LONG
11:20	ODPRAWA TECHNICZNA – FORMAT TEAM SHORT
11:30	START I FALI FORMAT TEAM SHORT
11:50	ODPRAWA TECHNICZNA – FORMAT SHORT
12:00	START I FALI FORMAT SHORT
13:25	ODPRAWA TECHNICZNA FORMOZA KIDS SHORT
13:30	START FORMOZA KIDS SHORT
13:55	ODPRAWA TECHNICZNA FORMOZA KIDS LONG
14:00	START FORMOZA KIDS LONG
14:30	DEKORACJA FORMOZA WSZYSTKIE DYSTANSE
15:00	OFICJALNE ZAKOŃCZENIE ZAWODÓW

*SOBOTA ODBIÓR PAKIETU STARTOWEGO 14:00-20:00



MIEJSCE ZAWODÓW

📍 BIURO ZAWODÓW — MOSiR Chodzież (Pływalnia Delfin)

- Adres: Stanisława Staszica 12, 64-800 Chodzież


📍 MIEJSCE STARTU

- MOSiR Chodzież
- Lokalizacja GPS: <https://maps.app.goo.gl/qGA3bc1JP31eegFDA>

🎯 META

- Meta zlokalizowana 100 m od Biura Zawodów (MOSiR Chodzież)
- Lokalizacja GPS: <https://maps.app.goo.gl/P7FMZVbbvQC26GqE7>

⚠️ BARDZO WAŻNE:

 Bądźcie na miejscu **co najmniej 1 godzinę przed startem swojej fali** — weźcie pod uwagę:

- ewentualne kolejki w Biurze Zawodów,
- czas na parking i formalności,
- ewentualne oczekiwanie na transport.

Nie zostawiajcie odbioru pakietu na ostatnią chwilę!





FORMOZA CHALLENGE

MAPA TERENU ZAWODÓW CHODZIEŻ

-  PARKING
-  BIURO ZAWODÓW
-  DEPOZYT
-  BIEG DLA DZIECI
-  DMUCHAŃCE
-  SCENA
-  START
-  PRZEPRAWA
-  META
-  STREFA FINISZERA
-  FOOD TRUCK
-  J.W. FORMOZA



P INFORMACJE PARKINGOWE

PARKING GŁÓWNY

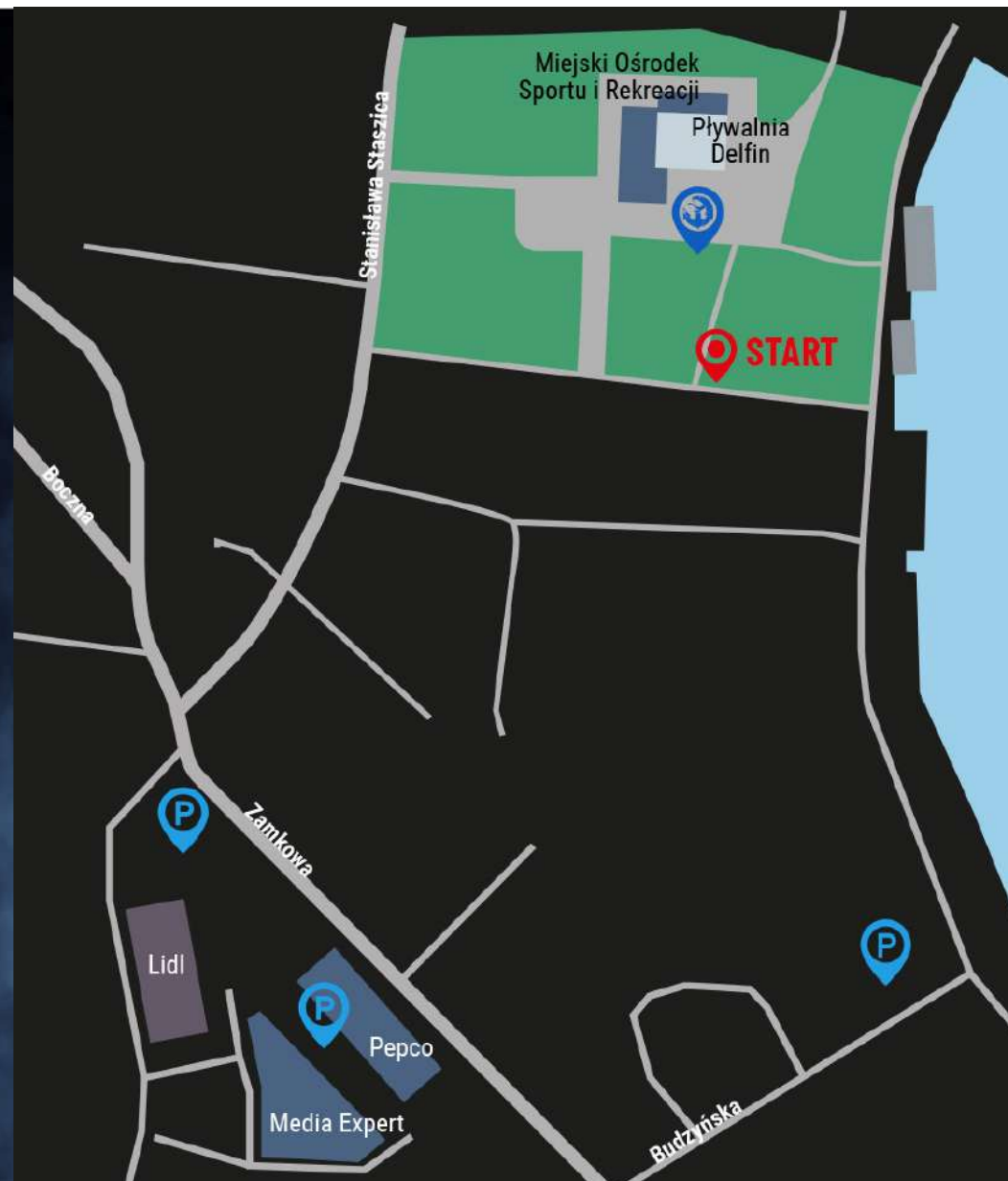
📍 Parking znajduje się w bezpośrednim sąsiedztwie Biura Zawodów:

🔗 <https://maps.app.goo.gl/KFEwfNAVh2TE2Fu58>

🚗 **PARKING JEST BEZPŁATNY!**


NA CO ZWRÓCIĆ UWAGĘ:

- Korzystajcie ze strzałek i drogowskazów kierujących na parkingi.
- Słuchajcie poleceń osób kierujących ruchem — będą Was sprawnie przekierowywać na wolne miejsca parkingowe.
- **Zaplanujcie dodatkowy czas** na dojazd, parkowanie oraz załatwienie formalności w Biurze Zawodów.





POKAZY SPRZĘTU WOJSKOWEGO


Podczas wydarzenia czekają na Was specjalne pokazy i aktywności przygotowane we współpracy z Jednostką Wojskową Formoza:

 Wystawa broni palnej i wyposażenia

 Strzelnica — możliwość oddania kontrolowanych strzałów (z wykorzystaniem bezpiecznego sprzętu szkoleniowego)

 Prezentacja umundurowania i wyposażenia specjalistycznego

 Stanowiska informacyjne dotyczące naboru i służby w Jednostce Wojskowej Formoza

 Prezentacja łodzi motorowych wykorzystywanych przez JW Formoza



NADLEŚNICTWO PODANIN

Zgodnie z warunkami udostępnienia terenu przez Nadleśnictwo na potrzeby organizacji imprezy przypominamy o obowiązujących przepisach i zakazach:

🚫 Na terenie administrowanym przez Nadleśnictwo zabrania się:


- ❑ zanieczyszczania gleby i wód;
- ❑ zaśmiecania;
- ❑ niszczenia grzybów oraz grzybni;
- ❑ niszczenia lub uszkodzenia drzew, krzewów i innych roślin, a także urządzeń oraz obiektów gospodarczych, turystycznych i technicznych, w tym znaków i tablic;
- ❑ zbierania płodów runa leśnego w miejscach oznaczonych zakazem;
- ❑ rozgarniania i zbierania ściółki;
- ❑ biwakowania poza miejscami wyznaczonymi przez właściciela lasu lub nadleśnictwo;
- ❑ wybierania jaj i piskląt, niszczenia lęgowisk, gniazd ptaków, lęgowisk, nor i mrowisk;
- ❑ płoszenia, ścigania, chwytania i zabijania dziko żyjących zwierząt oraz puszczenia psów bez smyczy.

⚠️ Pamiętajcie:

Za nieprzestrzeganie powyższych zasad mogą grozić surowe konsekwencje przewidziane przepisami prawa.

FALA STARTOWA

STARTY FALOWE

 **Sprawdź godzinę swojego startu!**


Informacje o przypisanej fali startowej znajdziesz w panelu zapisów, wchodząc na stronę:


 www.formozachallenge.com → zakładka **CHODZIEŻ** → **lista startowa**.

WAŻNE INFORMACJE:

UWAGA:

W wyjątkowych przypadkach istnieje możliwość dołączenia do innej fali (np. w sytuacji, gdy chcecie biec razem ze znajomymi). O ewentualnej zgodzie na zmianę decyduje sędzia startowy na miejscu startu. Strefa startowa pozostaje zamknięta dla osób nieuprawnionych.

 W związku z przypadkami tzw. „dzikich startów” (uczestnictwo bez pakietu) w poprzednich edycjach, wprowadziliśmy dodatkowe środki bezpieczeństwa.

 **Każdy zawodnik przed wejściem do strefy startowej będzie weryfikowany.**



ODBIÓR PAKIETÓW STARTOWCYH

Odbiór pakietu startowego odbywać się będzie poprzez pokazanie w Biurze Zawodów wygenerowanego, unikalnego kodu QR, który zostanie do Ciebie wysłany najpóźniej na 24h przed imprezą drogą e-mailową oraz sms-em.

Prosimy przygotuj go przed wejściem do Biura Zawodów i pokaż Wolontariuszowi.



biuro zawodów napędza
EVsport ID System



PRZESZKODY

i Szczegółowy opis przeszkód dostępny jest pod adresem:

👉 <http://www.formozachallenge.com/przeszkody/>

⚠️ Apel o uczciwość i zasady FAIR PLAY:

- Przeszkody są po to, by je pokonywać, nie omijać!
- Trasa została wyznaczona i należy się jej trzymać (Żółta taśma z logo Formoza Challenge)
- Skracanie trasy, omijanie przeszkód lub ich niezaliczanie to łamanie zasad zawodów.
- 🏆 To ma być wyzwanie dla Was, a nie oszukiwanie samych siebie.
- 👉 Jeśli **nie** zamierzasz **podejmować wyzwań** — lepiej **pobiegaj gdzie indziej!**

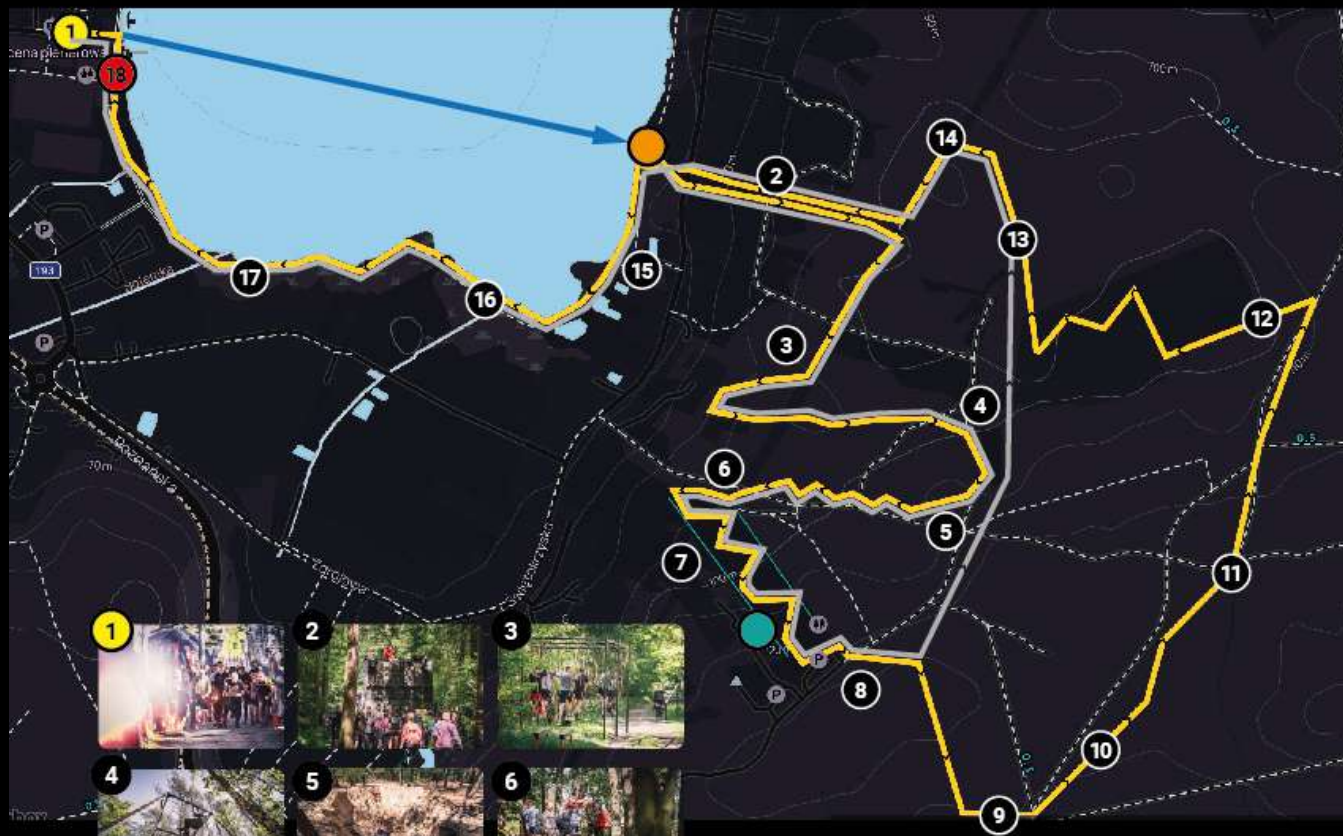


TRASA



FORMOZA CHALLENGE

CHODZIEŃ




- START/BIURO ZAWODÓW
- MIEJSCE DESANTU
- META/STREFA FINISZERA
- STOK NARCIARSKI
- LONG
- SHORT
- PRZEPRAWA ŁOZDIAMI




DOBRE RADY

FORMATY I PRZESZKODY

 Szczegółowe informacje o formatach zawodów znajdziecie tutaj:


 <http://www.formozachallenge.com/formaty>

ZASADY POKONYWANIA PRZESZKÓD

 **Bezpieczeństwo przede wszystkim!**

Pamiętajcie o tym przy pokonywaniu przeszkód. Jeżeli nie czujecie się na siłach — możecie skorzystać z opcji "wykupienia się" (padnij-powstań).

Liczbę powtórzeń każdorazowo wyznacza sędzia obecny na przeszkodzie (nie mniej aniżeli 15 powtórzeń)

 **Słuchajcie swojego organizmu!**

Nie forsujcie się ponad siły — liczy się bezpieczne pokonanie całej trasy i przeszkód.



ZASADY POKONYWANIA PRZESZKÓD

🏆 Rywalizacja i pokonywanie przeszkód:

- Zawodnicy walczący o miejsca i wyróżnienia muszą pokonać regulaminowo wszystkie przeszkody.
- Każdy uczestnik zobowiązany jest do podjęcia próby pokonania przeszkody.
- W przypadku niemożności pokonania przeszkody — zawodnik wykonuje karne zadanie:

☞ **20 burpees lub padnij-powstań (wg decyzji sędziego na przeszkodzie).**

🤝 Wzajemna pomoc:

Wskazane jest pomaganie sobie na przeszkodach — zgodnie z duchem imprezy:

NIGDY NIE ZOSTAWIAMY SWOICH.

🚫 Trasa i bezpieczeństwo:

- Kategoriecznie zabrania się skracania trasy — cała trasa wyznaczona jest taśmą organizatora.
- Ze względów bezpieczeństwa oraz ochrony przeszkód —

☞ **zakazane jest startowanie w butach z kolcami.**



UCZCIWOŚĆ TO PODSTAWA – STARTUJESZ DLA SIEBIE, ALE NIE JESTEŚ SAM

Na trasie walczysz przede wszystkim ze sobą – ze swoimi słabościami, zmęczeniem, strachem. Każda pokonana przeszkoda to Twój mały sukces.

Ale każda ominięta przeszkoda to oszustwo – wobec siebie, wobec innych zawodników, wobec idei tego biegu.

Jeśli omijasz przeszkody, żeby mieć lepszy czas – mamy dla Ciebie prostą radę: **zostań w domu**.

Jeśli boisz się, że nie dasz rady – spróbuj. Upadnij, wstań, spróbuj jeszcze raz. To jest właśnie ten moment, w którym się rozwijasz.

Nie rozumiemy nigdy oszukiwania.

Rozumiemy za to walkę, determinację i pokorę wobec trasy.

Dajesz z siebie wszystko? Jesteś jednym z nas.

Omijasz przeszkody? Nie jesteś częścią tej społeczności.

Gramy fair. Z szacunkiem. Dla siebie, dla innych, dla sportu.



UWAGI TECHNICZNE DLA FORMUŁY ULTRA

Plecak:

- Rekomendujemy posiadać własny plecak (dowolny), który Organizator dociąży (worek z piaskiem).
- W przypadku braku własnego — udostępniemy plecak z czechosłowackiego demobilu 😊.
- Plecak waży około 8 kg.

Strój:

- Mundur nie jest obowiązkowy — możecie biec w dowolnym stroju.

Karabin AK-47:

- Każdy uczestnik ULTRA otrzymuje gumowy karabin.
- UWAGA: w zeszłym roku zgubiono ponad 20 karabinów!
- Od tego roku obowiązuje zasada:
Zgubisz karabin = DSQ + zwrot równowartości karabinu w Biurze Zawodów.

Pamiętajcie:

„Moja broń to moje przeznaczenie” — kto oglądał filmy wojenne, ten wie 😊

Broń zabieramy ze sobą do mety!





PAKIET STARTOWY

CO OTRZYMUJESZ OD NAS W PAKIECIE!



ELEMENTY PAKIETU STARTOWEGO

- ✓ Profesjonalny pomiar czasu
- ✓ Kilkadziesiąt przeszkód na trasie!
- ✓ Medal okolicznościowy na mecie
- ✓ Profesjonalne zabezpieczenie medyczne
- ✓ Dokładne wytyczenie i oznaczenie trasy
- ✓ Punkty nawodnienia na trasie
- ✓ Fotorelacja z imprezy
- ✓ Videorelacja z imprezy
- ✓ Fotobudka na mecie
- ✓ Złoty trunek na mecie zawodów 🍷
- ✓ Gadżet dla każdego zawodnika
- ✓ Świetna atmosfera gwarantowana!



ELEMENTY PAKIETU STARTOWEGO

ZAKUP W PANALU REJESTRACYJNYM BĄDŹ MOŻLIWOŚĆ ZAKUPU NA MIEJSCU W BIURZE ZAWODÓW



DEPOZYT

📍 Przy strefie startu znajdziecie wydzielone miejsce na depozyt, gdzie będziecie mogli pozostawić drobne rzeczy i odebrać je po ukończeniu rywalizacji.

📦 Do depozytu przyjmowane są wyłącznie **małe gabarytowo przedmioty**:

- dokumenty,
- kluczyki,
- drobne wartościowe rzeczy.

🚫 **Nie przyjmujemy dużych toreb podręcznych i bagaży.**

👜 Przedmioty będą pakowane w specjalne torby z oznaczeniem logo biegu.

🕒 Po ukończeniu biegu prosimy o niezwłoczny odbiór swojego depozytu.



ODPRAWA TECHNICZNA PRZED STARTEM FORMATÓW

Przed startem każdego formatu zawodów przeprowadzana będzie krótka odprawa techniczna.

Udział w odprawie jest obowiązkowy.

Podczas odprawy przekazane zostaną kluczowe informacje dotyczące:

- zasad bezpiecznego pokonywania przeszkód,
- zachowania na trasie,
- zasad obowiązujących podczas rywalizacji,
- sytuacji awaryjnych i udzielania pomocy,
- kwestii regulaminowych i organizacyjnych.

Prosimy o punktualne stawienie się na odprawę odpowiednio wcześniej przed swoim startem.

★ ODPRAWA TECHNICZNA ★



JESTEM NA MECIE, CO DALEJ?

🚩 **Wbiegacie na metę** i witacie się piątką z Żołnierzem Jednostki Wojskowej Formoza, który wręcza Wam pamiątkowy medal.

🎯 **Zdejmujecie chipa pomiarowego** i wrzucacie go do przygotowanego boxa.

🏃 **Uczestnicy formatu ULTRA:**

- Zostawiacie wyczyszczony karabin.
- Zdejmujecie plecak z obciążeniem.

🍷 **Przechodzicie do Strefy Finiszera**, gdzie czeka na Was zasłużony "browarek".

🧘 **Relaks w Strefie Chillout** — regeneracja, rozmowy, odpoczynek.

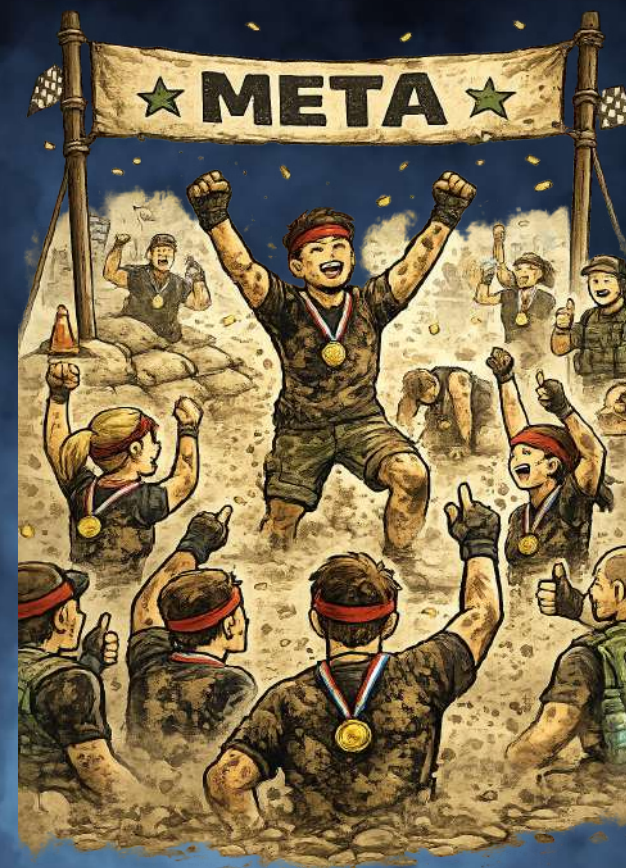
📸 **Fotobudka** — robicie pamiątkowe zdjęcia z imprezy.

💬 **Wymieniacie się wrażeniami z trasy** — chwila na emocje i rozmowy z innymi zawodnikami.

📦 **Odbieracie depozyt.**

🏆 **Dekoracja zwycięzców:**

Kto wywalczył miejsce na podium — tego czeka wręczenie nagród.







FORMOZA CHALLENGE KIDS

👧👦 Zapraszamy serdecznie najmłodszych do rywalizacji na specjalnie przygotowanych dystansach:

- Dystans krótki
- Dystans długi

📅 Istnieje możliwość zapisania dzieci również w dniu zawodów — rejestracja dostępna będzie na miejscu.



WARTO WYKUPIĆ UBEZPIECZENIE NASTĘPSTW NIESZCZĘŚLIWYCH WYPADKÓW



WIĘCEJ INFORMACJI:

WWW.FORMOZACHALLENGE.COM



SPONSOR
**BROWAR
FORTUNA**
— 1889 —



**FORMOZA
CHALLENGE**



www.garcarek.pl



BRABUS

GARCAREK

PARTNER WYDARZENIA



**FORMOZA
CHALLENGE**

**Gotowi
na wyścig?**

Pełna Moc!



G
GOG
PRO EYEWEAR





Pyszne.pl







Militaria.pl
Shooting & Outdoor

CELE IMPREZY



PROPAGOWANIE AKTYWNEGO
TRYBU ŻYCIA



TWORZENIE SPOŁECZNOŚCI
OPARTEJ NA ZAUFANIU



RADOŚĆ Z POKONYWANIA
PRZESZKÓD



INTEGRACJA ZESPOŁOWA
(FIRMY, ORGANIZACJE, ZNAJOMI)



PROPAGOWANIE ETOSU
POLSKIEGO ŻOŁNIERZA

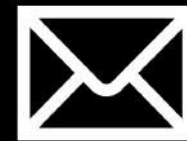


MOTYWACJA DO REGULARNEGO
TRENOWANIA I PRACY NAD SOBĄ





Dzięki, że przeczytaliście
niezbędnik – w razie pytań piszcie:



Do zobaczenia na imprezie
FORMOZA CHALLENGE TEAM