

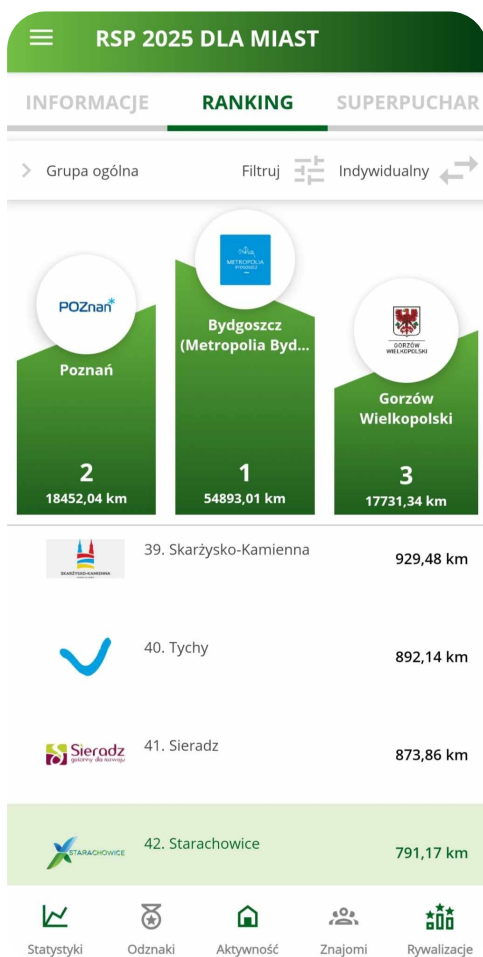


28 marca 2025

## Mamy już prawie 800 kilometrów

Licznik kilometrów przy Starachowicach rośnie. Kolarze z naszego miasta "wykręcili" już 800 kilometrów w ramach Treningu Miast w ramach akcji Rowerowa Stolica Polski. Trening potrwa do 21 maja. W czerwcu ruszy walka już oficjalnie o tytuł najlepszych. Dziękujemy za kilometry!

- Prawie 800 kilometrów wyjeździłście już Państwo dla naszego miasta w ramach Treningu Miast. Od tygodnia starachowiczanie korzystają z aplikacji Aktywne Miasta i zdobywają w ten sposób kilometry dla Starachowic. Jesteśmy na 42. miejscu w kraju i gonimy Sieradz, Tychy oraz Skarżysko-Kamienna. Zachęcam do pobrania aplikacji i rowerowej aktywności - informuje Prezydent Miasta Starachowice Marek Materek.



W Starachowicach wystartowaliśmy już z treningami przed kolejną edycją rywalizacji w ramach Rowerowej Stolicy Polski.

Rozgrzewka przed czerwcowymi zmaganiem potrwa do 21 maja. Sama walka o tytuł odbywać się będzie w czerwcu.

- Gratulacje dla wszystkich, którzy zdecydowali się na kolarską rywalizację z miłośnikami dwóch kółek w całym kraju. Szczególne brawa należą się tym, którzy zdobyli dla naszego miasta najwięcej kilometrów. Marek Mucha przejechał już ponad 227 kilometrów, a Lucyna Kańska przekroczyła 112 kilometrów. Pamiętajcie - liczy się każdy kilometr. A już w czerwcu powalczymy o tytuł Rowerowej Stolicy Polski - dodaje prezydent.



[Zobacz pełen ranking](#)

	1. Marek Mucha Grupa ogólna	227,70 km
	2. Lucyna Kańska Grupa ogólna	112,19 km
	3. Paweł Sa Grupa ogólna	107,07 km
	4. Rowerowa Krowa Grupa ogólna	105,56 km

Statystyki   
 Odnaki   
 Aktywność   
 Znajomi   
 Rywalizacje

Rozgrzewka przed główną rywalizacją potrwa dwa miesiące i przyniesie szereg korzyści. Znacząco wpłynie na poprawę kondycji fizycznej, zwiększy wydolność, siłę oraz Waszą wytrzymałość. Dwa miesiące to wystarczający czas, aby organizm dostosował się do intensywnego wysiłku, co zmniejsza ryzyko kontuzji. To również czas dla nowych użytkowników aplikacji Aktywne Miasta na przetestowanie jej, a także zapoznanie się z zasadami rywalizacji.

Następnie w czerwcu rozegra się ogólnopolska rywalizacja o Puchar Rowerowej Stolicy Polski, a w zasadzie dwa równoległe rowerowe zmagania, osobno dla miast prezydenckich i gmin.



**Dołącz do Treningu już dziś!**

Kochasz dwa kółka? Lubisz zdrową sportową rywalizację? Szukasz atrakcyjnej formy rekreacji?

**Od 21 marca można dołączyć do Treningu w aplikacji Aktywne Miasta.**

- znajdź i pobierz bezpłatną aplikację Aktywne Miasta z właściwego dla siebie sklepu.
- z menu wybierz „Rywalizacje”, następnie w zakładce „Ogólne” – Trening Rowerowej Stolicy Polski 2025 – UWAGA: albo dla Miast albo dla Gmin.
- aby dołączyć do rywalizacji, z listy rozwijanej wybierz Miasto lub Gminę, dla której będziesz kręcić kilometry.
- w kolejnym kroku wybierz grupę z listy lub zaproponuj nową grupę i razem z przyjaciółmi weźcie udział w zabawie!



**AKTYWNE  
MIASTA**

Wyślij e-mail

Wydrukuj

Pobierz PDF



 **Więcej aktualności**

# KWIECIEŃ



April 2, 2025

## Szczepienie lisów przeciwko wściekliznie

Wojewódzki Inspektor Weterynarii informuje o planowanym na dni 3-13 kwietnia 2025 roku przeprowadzeniu ochronnego szczepienia lisów wolno żyjących przeciwko wściekliznie. Szczepienia lisów zostaną wykonane przy użyciu szczepionki doustnej, zawierającej niejadliwy szczep wirusa wścieklizny w ampułce, zatopionej w niewielkim brązowo-zielonym pakiecie stanowiącym przynętę.



April 2, 2025

## Pomalujmy świat na niebiesko

Za nami kolejna edycja starachowickiego Marszu Niebieskiej Wstążeczki. Wydarzenie odbywa się w ramach ogólnopolskiej akcji „Zaświeć się na niebiesko dla autyzmu” i ma na celu zwiększenie świadomości na temat autyzmu oraz wsparcie dla osób z tego spektrum.



April 2, 2025

## Dyskusja na temat miejscowego planu

W przyszłym tygodniu w Urzędzie Miejskim w Starachowicach odbędzie się dyskusja publiczna nad rozwiązaniami przyjętymi w projektach miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego terenu „Łąki” oraz „Łązy”. Spotkania z mieszkańcami odbędą się w poniedziałek i wtorek (7 i 8 kwietnia) w sali konferencyjnej „Olimpia”.

[Więcej...](#)

April 3, 2025

## Spotkajmy się na wydarzeniach

Zachęcamy Państwa do sprawdzenia oferty kulturalno-sportowej starachowickich instytucji publicznych. W kwietniu będzie się działo!

[Więcej...](#)