

# **Rowerowa Stolica Polski 2026**

23.03.2026 r.

## **Rozgrzewkę przed Rowerową Stolicą Polski 2026 czas zacząć!**

Rozpoczął się etap treningowy przed ogólnopolską rywalizacją o tytuł Rowerowej Stolicy Polski 2026. To doskonały moment, aby wsiąść na rower i rozpocząć przygotowania do czerwcowego finału.

Zgodnie z harmonogramem projektu, trening trwa od 21 marca do 21 maja, natomiast główna rywalizacja odbędzie się w dniach od 1 do 30 czerwca. W tym czasie miasta i gminy z całej Polski będą rywalizować o jak najlepszy wynik, a kluczową rolę odegra zaangażowanie mieszkańców.

### **Na czym polega rywalizacja?**

Rowerowa Stolica Polski to ogólnopolski projekt promujący aktywny styl życia, turystykę rowerową oraz codzienne korzystanie z roweru jako środka transportu . Uczestnicy zbierają kilometry dla wybranej gminy, a wynik końcowy opiera się na

sumie przejechanych kilometrów w przeliczeniu na liczbę mieszkańców.

W rywalizacji liczą się wyłącznie przejazdy rowerowe – zarówno rekreacyjne, jak i bardziej sportowe. Można korzystać z rowerów tradycyjnych oraz elektrycznych (zgodnych z przepisami), natomiast inne środki transportu nie są dopuszczone .

## **Jak dołączyć do rywalizacji?**

Udział w projekcie jest bezpłatny i otwarty dla wszystkich chętnych.

Aby dołączyć:

1. Pobierz bezpłatną aplikację „Aktywne Miasta” (Google Play lub App Store),
2. Zarejestruj się i załóż konto,
3. Wybierz swoją gminę jako organizatora lokalnego,
4. Dołącz do treningu, a następnie do czerwcowej rywalizacji „Rowerowa Stolica Polski”,
5. Rejestruj swoje przejazdy rowerowe i zbieraj kilometry.

Aplikacja umożliwi bieżące śledzenie wyników, statystyk oraz rankingów.

## **Ważne zasady**

- Do rywalizacji liczą się wyłącznie przejazdy rowerowe rejestrowane w aplikacji,
- Każdy uczestnik może reprezentować tylko jedną gminę,
- Przejazdy należy zsynchronizować w ciągu 24 godzin od ich zakończenia,
- Minimalna średnia prędkość powinna wynosić co najmniej 6 km/h,
- Organizator ma prawo weryfikować i usuwać nieprawidłowe aktywności .

Dodatkowo istnieje możliwość tworzenia grup i rywalizacji wewnętrznych, co pozwala na jeszcze większe zaangażowanie uczestników.

## **Dlaczego warto wziąć udział?**

To nie tylko rywalizacja, ale przede wszystkim dobra zabawa i motywacja do aktywności fizycznej. Każdy przejechany kilometr przyczynia się do wspólnego wyniku,

a jednocześnie wpływa pozytywnie na zdrowie i samopoczucie.

Trening to najlepszy moment, aby wypracować regularność i przygotować się do

intensywnego czerwca. Im więcej kilometrów przejedziemy teraz, tym łatwiej będzie utrzymać tempo podczas właściwej rywalizacji.

## Dołącz do nas!

Zachęcamy wszystkich mieszkańców do udziału, niezależnie od wieku czy poziomu zaawansowania. Każdy kilometr ma znaczenie, a wspólny wysiłek może przełożyć się na sukces naszej gminy.

Wsiądź na rower i zacznij już dziś.



**ROWEROWA  
STOLICA  
POLSKI  
2026**

**TRENING DLA GMIN:**  
21 marca - 21 maja

**RYWALIZACJA DLA GMIN:**  
1-30 czerwca

Pobierz darmową aplikację  
Aktywne Miasta i dołącz do zabawy!

POBIERZ Z  
Google Play

Pobierz w  
App Store

Organizator  
BYDGOSZCZ

[zał. 2 Instrukcja - Aktywne Miasta.pdf \(402.78 KB\)](#) Pobierz

[ZAŁĄCZNIK - REGULAMIN.pdf \(114.72 KB\)](#) Pobierz

[Powrót](#)

- [Drukuj](#)

- [Pobierz PDF](#)
- [Wszystkie aktualności](#)
- [Archiwum](#)