

# ULT<sup>RA</sup>

cena: 15 zł (w tym 8% VAT)  
Nr 24 / lipiec-sierpień 2019

DALEJ NIŻ MARATON

**LUIS**  
**Alberto**  
**HERNANDO**



ISSN 2450-2715 INDEKS 411957

**WYDAWCA:**

KINGRUNNER Sp. z o. o.  
Stryjeńskich 19/348, 02-791 Warszawa,  
KRS 0000519731, NIP 9512383285  
www.facebook.com/kingrunnerultra  
www.instagram.com/kingrunner\_ultra

**REDAKCJA:**

Marcin Rosłoń  
James Artur Kamiński  
Jędrzej Maćkowski

**GRAFIKA, SKŁAD,  
PRZYGOTOWANIE DO DRUKU:**

Rozalia Kurant

**KOREKTA:**

Ola Belowska ola@kingrunner.com

**ZDJĘCIE NA OKŁADCE:**

Ian Corless / @infinetrailswch

**FOTO:**

Ian Corless, Piotr Dymus, Michał Złotowski,  
Aneta Mikulska Patrzę Kadrami, Raphael  
Weber, Damiano Benedetto, Jonas Skorpil,  
Photossports, Robert Urbaniak Photo,  
Jacek Deneka, Krzysztof Gulbinowicz, Piotr  
Oleszak, Kasia Biernacka, Mariusz „Gienek”  
Rogus, Marek Ogień, Manuel Marktl, Natalia  
Tejchma, Karolina Krawczyk, Rafał Bielawa,  
Aleksandra Graff, Sportograf GmbH & Co  
KG. Kalina Żaczek, Pietruszka – Fotografia,  
Daniel Strzaliński, Darek Sikorski, Kuba Witos  
Fotografia, Jędrzej Krzeptowski, Edyta Korczak

**WSPÓŁPRACA:**

Aneta Mikulska, Małgorzata Łazarska, Luis  
Alberto Hernando, Natalia Tomasiak, Bartosz  
Gorczyca, Katarzyna Solińska, Marzka Janerka,  
Marta Naczyk, Ola Belowska, Piotr Hercog,  
Justyna Jasłowska, Janek Kaseja, Paweł Żuk,  
Natalia Wiclogórska, Patryk Aid, Agata  
Masiulaniec, Leszek Siennicki, Piotr Perkowski,  
Tomasz Tutak, Gaweł Boguta, Artur Jendrych,  
Jan Jasiński, Filip Jasiński, Piotr Dymus, Rafał  
Bielawa, Magdalena Kozielecka, Jacek Śliwiński,  
Paweł Kotecki

**REKLAMA:**

James Artur Kamiński james@kingrunner.com,

**PRENUMERATA:**

www.sklep.kingrunner.com

**DRUKARNIA:**

Techgraf, ul.Podzwierzyńiec 25, 37-100 Łańcut

**PRZEWIŹSZENIE**

**6 SMALL WOMAN AND BIG DREAM**  
*Aneta Mikulska*

**24 MP KARKONOSKI**  
*Bartosz Gorczyca / Katarzyna Solińska*

**150 MOJA BIEGUNKA!**  
*Jędrzej Maćkowski*

**GŁOWA W CHMURACH**

**14 LUIS ALBERTO HERNANDO**

**28 ULTRA JEST KOBIETĄ**  
MARZKA JANERKA

**66 W POSZUKIWANIU BUTA IDEAL...**  
MARCEL HÖCHE

**ROZMOWA NA SZCZYCIE**

**18 DUETY NATALII TOMASIAK**  
*James Artur Kamiński*

**38 WCIĄŻ CZEGOŚ SZUKAM**  
PIOTR HERCOG

**50 ZRÓBMY W TATRACH FAJNE ...**  
*Jędrzej Maćkowski*

**PAKIET STARTOWY**

**32 ULTRANAWADNIANIE**  
*Marta Naczyk*

**108 ŁEMKO 150**  
*Artur Jendrych / Chłopak z nizin*

**118 BIEG 7 DOLIN**  
*Piotr Dymus*

**MIASTECZKO ULTRASA**

**56 DWA ULTRA W TYDZIEŃ**  
*Justyna Jasłowska*

**114 PARKI W USA**  
*Jan Jasiński, Filip Jasiński*

**142 SEKRETNE ŻYCIE SKAŁ**  
*Paweł Kotecki*

TESTOWANE NA ULTRASACH

**70** Z GOŁYM TYŁKIEM  
*Paweł Zuk*

**74** IDEALNE DOPASOWANIE  
*Natalia Wielogórska*

**78** TEST KAMIZELKI BIEGOWEJ  
*Patryk Aid*

NA MEDAL

**84** MOZART 100  
*Leszek Siennicki*

**90** ULTRADOLOMITES  
*Piotr Perkowski*

**94** CHOJNIK KARKONOSKI FE...  
*Tomasz Tutak*

**100** HARDA GŁOWA TWARDA  
*Gawel Boguta*

BIEGAM ULTRA, NIE ŚMIECĘ

**122** BIEGANIE PO CZYSTYCH ŚCIE...  
*Rafał Bielawa*

ULTRASKA NUMERU

**132** MAGDALENA KOZIELSKA

DWA ŻYWIOŁY

**136** ALL ABOUT SWIMRUN cz. III  
*Jacek Śliwiński / Jędrzej Maćkowski*

KALENDARZ

**152** KALENDARZ ULTRA  
*James Kamiński*

