

Ciemno wszędzie, głucho wszędzie... "Dziady Kabackie", czyli nocny bieg po lesie

data aktualizacji: 2021.10.28



To już 15. raz kiedy ursynowianie przebiegną nocą przez Las Kabacki w poszukiwaniu duchów. Biegacze z dzielnicy organizują "Dziady Kabackie". To okazja do oddania hołdu zmarłym w leśnych miejscach pamięci.

Nocne bieganie po lesie wraca na Ursynów po pandemicznej przerwie. Nie ma już takich obostrzeń jak w zeszłym roku, więc "Dziady Kabackie" mogą się odbyć. To 10-kilometrowy bieg leśnymi ścieżkami w środku nocy z 31 października na 1 listopada. Będzie wspólny bieg z klimatem, szlakiem miejsc pamięci ofiar mordów z czasów II wojny światowej w Lesie Kabackim.

- Kiedy dobiegamy do grobu czy miejsca pamięci, zachowajmy powagę i uczcijmy ich pamięć minutą ciszy - apelują organizatorzy.

Bieganie po lesie w noc "Dziadów" to zupełnie inne doświadczenie niż bieganie w tym samym lesie w ciągu dnia.

- Trzeba pamiętać, że trasa w lesie, szczególnie po nocy bywa niebezpieczna. Wystają konary, a na ziemi leżą dywany liści, które skrywają korzenie. Wystające elementy stwarzają okazję do niespodziewanych kontuzji. Zachęcamy więc do wzięcia ze sobą dobrego sprzętu i latarek - mówi Basia Muzyka, jedna z organizatorek biegu.

Bieg nie tylko dla "dziadów"

Tempo będzie dostosowane do najwolniejszej osoby, ale biegającej. Zaproszone są więc osoby, które już mają jakieś doświadczenie i będą w stanie pokonać 10 km.

Bieg rozpocznie się w niedzielę, 31 października 2021 r. o godz. 22:50 przy parkingu przy Tesco na Kabatach. Zapisy nie są wymagane. Uczestnicy przebiegną ok. 10 km w tempie nie szybszym niż 6 min/km. Zatrzymają się po drodze ze 3-4 razy, aby zapalić znicze i świece w miejscach pamięci w Lesie Kabackim. Koniec biegu zaplanowany jest na około 30 minut po północy. Pamiętajmy jednak o zmianie czasu.

Na Ursynowie bieg w noc poprzedzającą święto Wszystkich Świętych to już długa tradycja. W 2005 roku powstało forum "Laski Kabackie", które skupiało osoby biegające po ursynowskim lesie. Wbrew nazwie - grupa była skierowana zarówno do kobiet, jak i do mężczyzn.

- Pewnego razu zażartowaliśmy, że jak są laski kabackie, to powinny być też dziady kabackie. To był dla mnie bardzo ważny moment, bo byłam akurat po debiucie biegu na 100 kilometrów. Biegliśmy wtedy zaledwie w kilka osób - mówi Basia Muzyka.

W pierwszym biegu wzięły udział zaledwie 3 osoby, dwa lata temu biegło już ponad 100 uczestników.

Źródło:

<https://haloursynow.pl/artykuly/ciemno-wszedzie-gluchow-szedzie-dziady-kabackie-czyli-nocny-bieg-po-lesie,18528.htm>