Kraków, 25 marca 2026

INFORMACJA PRASOWA

Polak podejmuje jedno z najtrudniejszych wyzwań biegowych świata

Jakub Szczepański, chce jako pierwszy pokonać Great Himalaya Trail – High Route

Prawie 1700 kilometrów, 90 000 metrów przewyższeń, 21 przełęczy sięgających ponad 6000 metrów i 45 dni w ekstremalnych warunkach wysokogórskich – to założenia projektu RunGHT, który redefiniuje granice ludzkiej wytrzymałości.

Dr hab. Jakub Szczepański – filozof, wykładowca Uniwersytetu Jagiellońskiego i biegacz ultra – jesienią 2026 roku podejmie próbę przebiegnięcia Wielkiego Szlaku Himalajskiego (Great Himalaya Trail – High Route), uznawanego za najbardziej wymagającą trasę trekkingową na świecie. Póki co nikt tego jeszcze nie dokonał, zarówno w trybie non-stop, jak i w tak krótkim czasie.

Trasa liczy około 1700 kilometrów i prowadzi przez najdziksze oraz najwyższe regiony Himalajów, w tym okolice Kanchenjungi, Makalu, Everestu, Rolwalingu, Manaslu i Annapurny. Wyzwanie obejmuje pokonanie ponad dwudziestu przełęczy, często przekraczających 6000 m. n.p.m., w warunkach niedotlenienia, zmiennej pogody oraz ograniczonej infrastruktury. Projekt realizowany jest w formule semi-autonomous i ma zostać ukończony w ciągu 45 dni.

RunGHT to jednak coś więcej niż ekstremalne wyzwanie sportowe. To wielowymiarowy projekt sportowo-mentalny, który łączy fizyczną próbę wytrzymałości z refleksją nad granicami ludzkiego ciała i umysłu. Przedsięwzięcie zakłada współpracę z zagranicznymi ośrodkami naukowymi, badającymi funkcjonowanie człowieka w warunkach ekstremalnych, a także realizację filmu dokumentalnego oraz książki, będącej zapisem tej wyjątkowej drogi.

„To nie jest wyprawa trekkingowa. Bieganie w Himalajach to nie tylko tempo i wynik, ale przede wszystkim zarządzanie energią, ryzykiem i własną głową. To długotrwały wysiłek biegowy w środowisku, które nie wybacza błędów – podkreśla Jakub Szczepański.

Projekt będzie obecny w polskich i międzynarodowych mediach – sportowych, outdoorowych oraz lifestylowych – a także na festiwalach filmów górskich w kraju i za granicą.

Główna próba zaplanowana jest na październik 2026 roku i stanowi kulminację kilkuletnich przygotowań, obejmujących wyprawy rekonesansowe, trening wysokogórski oraz testy sprzętu w ekstremalnych warunkach.

W odróżnieniu od klasycznych ekspedycji trekkingowych, projekt zakłada pokonanie trasy w formie

biegowej, co znacząco zwiększa poziom trudności – zarówno fizycznej, jak i mentalnej. High Route prowadzi przez najbardziej odległe i surowe rejony Nepalu, często poza wyznaczonymi szlakami, przy braku infrastruktury i w warunkach wysokiego ryzyka.

Ekspedycja będzie dokumentowana w czasie rzeczywistym – od krótkich relacji publikowanych na bieżąco, po dłuższe formy filmowe, pokazujące kulisy funkcjonowania w ekstremalnych warunkach. Projekt ma na celu pokazanie rzeczywistego obrazu wysiłku ultra-endurance, bez uproszczeń i narracyjnych skrótów.

Great Himalaya Trail w wariancie High Route uznawany jest za najbardziej wymagające wyzwanie w świecie trekkingu i biegów ultra. Próby jego pokonania w stylu biegowym należą do absolutnej rzadkości.

Start biegu został zaplanowany na 15 października 2026 r.

RunGHT to również platforma współpracy dla marek, które identyfikują się z wartościami takimi jak wytrzymałość, niezależność, jakość, innowacja i walor ultra-light.

BIO

dr Jakub Szczepański

Biegacz ultra, miłośnik gór i profesor filozofii na Uniwersytecie Jagiellońskim. Łączy świat nauki z ekstremalnym sportem, testując granice ludzkiej wytrzymałości – fizycznej i mentalnej.

Na swoim koncie ma kilkadziesiąt maratonów i biegów ultra w różnych częściach świata, m.in. Lewa Safari Marathon w Kenii, Lavaredo Ultra Trail we Włoszech, Mozart 100 w Austrii czy Ultra Kotlina 140 w Polsce. W 2023 roku zajął 4. miejsce w Extreme Ultra Everest Marathon oraz ukończył legendarny Ultra-Trail du Mont-Blanc (UTMB) – 180 km wokół masywu Mont Blanc. W 2024 roku dodał do swojego portfolio wymagający etapowy Manaslu Trail Race w Himalajach. Od 2025 roku przygotowuje się realizacji projektu Run GHT.

Zawodowo jest profesorem filozofii, autorem książek i licznych publikacji naukowych, współpracującym z międzynarodowymi zespołami badawczymi. Swoją wiedzę przekłada na praktykę – rozwija program „Filozofia w biznesie”, pracując z liderami i organizacjami.

W swoich projektach łączy refleksję filozoficzną z doświadczeniem ekstremu, pokazując, że prawdziwe granice istnieją przede wszystkim w naszej głowie.

Specjalizuje się w:

• wysiłku długotrwałym

• pracy z odpornością psychiczną

• analizie reakcji organizmu w stresie i zmęczeniu.

RUN GHT jest projektem łączącym jego doświadczenie naukowe i praktykę sportową.

Kontakt dla mediów:

Joanna Getka-Kaczor

PR Manager

(M) +48 668 005 029