

Trasa marszu Nordic Walking liczy około 5000m i wyrusza ze Stadionu Znicz w Pruszkowie, teren Centrum Kultury i Sportu, przez bramę nr 8 do Parku Potulickich, gdzie zawodnicy maszerują 2 pętle.

Po zakończeniu drugiej pętli kierują się do wejścia tą samą bramą na stadion.

Trasa oznaczona będzie tablicami kierunkowymi Biegu Żbika oraz biało-czerwoną taśmą (tzw. sope) . W trudniejszych miejscach (np. na skrzyżowaniach) obecni będą także wolontariusze. Podłoże na trasie jest głównie szutrowe i miękkie, po wyjściu ze stadionu zawodnicy pokonują około 500 m ścieżki z kostki (powtarzają to przejście podczas pokonywania drugiej pętli). Trasa z niedużymi przewyższeniami (w granicach 20 m).

