

ULTRAKOTLINA30 – 11.10.2020

Start: [Szkoła Podstawowa nr 1, Piechowice](#)

Meta: Szklarska Poręba – skwer przy ul. Turystycznej 2

Biuro zawodów: Szklarska Poręba - Gościniec Pod Lipą, ul. Turystyczna 6 / 1 h przed startem Szkoła Podstawowa nr 1 w Piechowicach

Start: 10:00



PROGRAM

9.10.2020 (piątek)	
16:00 – 22:00	biuro zawodów dla wszystkich dystansów – Szklarska Poręba, Gościniec Pod Lipą, ul. Turystyczna 6
19:00	obowiązkowa odprawa dla SZTAFET (po 1 osobie z ekipy / biuro zawodów Szklarska Poręba)
23:30	odjazd autokaru ze Szklarskiej Poręby (Parking przy ul. Bronisława Czecha 2 / obok Netto) na start UK80 (Janowice Wielkie – Park Zielona Dolina, ul. 1 Maja)
10.10.2020 (sobota)	
00:00 – 00:45	biuro zawodów UK80 – Janowice Wielkie, Park Zielona Dolina, ul. 1 Maja
01:00	start UltraKotlina80 - Janowice Wielkie, Park Zielona Dolina, ul. 1 Maja



05:00 – 5:45	biuro zawodów UK130 + Sztafeta – Szklarska Poręba, Gościniec Pod Lipą, ul.Turystyczna 6
06:00	start UltraKotlina130 i SZTAFETY– Szklarska Poręba, skwer przy ul. Turystycznej 2
07:45	odjazd autokaru ze Szklarskiej Poręby (Parking przy ul. Bronisława Czecha 2 / obok Netto) na start UK50 (Jelenia Góra – parking Galeria Sudecka)
08:00 – 8:45	biuro zawodów UK50 – Jelenia Góra, parking Galeria Sudecka
09:00	start UltraKotlina50 – Jelenia Góra, parking Galeria Sudecka
16:00	dekoracja UltraKotlina80 i UltraKotlina50 – Szklarska Poręba skwer przy ul.Turystycznej 2
18:00 - 22:00	biuro zawodów UK30 - Szklarska Poręba, Gościniec Pod Lipą, ul.Turystyczna 6
11.10.2020 (niedziela)	
09:00	odjazd autokaru ze Szklarskiej Poręby (Parking przy ul. Bronisława Czecha 2 / obok Netto) na start UK30 (Piechowice, Szkoła Podstawowa nr 1)
09:00 – 9:45	biuro zawodów UK30 – Piechowice , Szkoła Podstawowa nr 1, ul. Szkolna 6
10:00	start UltraKotlina30 – Piechowice, Szkoła Podstawowa nr 1, ul. Szkolna 6
13:00	dekoracja UltraKotlina130, Sztafety i UltraKotlina30 – Szklarska Poręba skwer przy ul.Turystycznej 2

TRASA I PUNKTY KONTROLNE

TRASA:

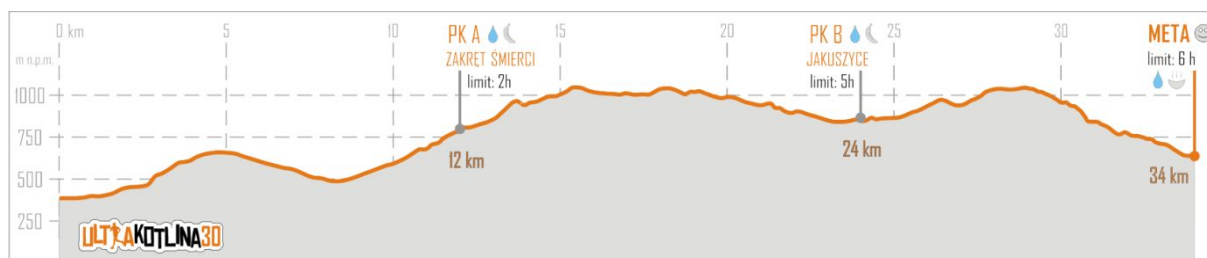
- ok. 34 km, przewyższenia 1309 m

OZNAKOWANIE: trasa jest oznakowana białą taśmą z logo UltraKotliny + odblaski. Na niektórych skrzyżowaniach będą strzałki kierunkowe.

LIMITY NA TRASIE: Lista punktów - data / godzina zamknięcia - orientacyjna odległość od startu:

- PK A Zakręt Śmierci - 11.10.2020 / 12.00 (2h) - 12km
- PK B Jakuszyce - 11.10.2020 / 14.00 (5h)- 24 km
- limit czasowy dotarcia na metę to 6 h

Ślad GPS i profil trasy



PUNKTY KONTROLNE I ŻYWIENIOWE

UWAGA: na punktach nie będzie kubeczków jednorazowych, należy mieć ze sobą własny kubeczek.

PK A Zakręt Śmierci	woda, izotonik, drobne przekąski
PK B Jakuszyce	woda, izotonik, cola, drobne przekąski

WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

- Włączony i naładowany telefon komórkowy z wgranymi nr tel. GOPR (985) i organizatora 690 980 855
- dowód osobisty
- minimum 500 ml wody lub napoju izotonicznego
- folia NRC
- mapa trasy zawodów, dostarczona w pakiecie startowym
- numer startowy umieszczony **z przodu ciała** w widocznym miejscu
- **maseczka lub chusta wielofunkcyjna do zasłaniania ust i nosa we wspólnych strefach**

DEPOZYT

Depozyt będzie znajdował się w biurze zawodów w Szklarskiej Porębie.

WYMAGANE

- **rejestracja** w biurze zawodów
- **kontrola obowiązkowego wyposażenia** - tuż przed startem
- Każdy uczestnik jest zobowiązany wypełnić **KARTĘ ZDROWIA** i oświadczenie i dostarczyć je wydrukowane do Organizatora przy odbiorze pakietu. Bez wypełnionej i podpisanej **KARTY ZDROWIA** i oświadczenia Uczestnik nie otrzyma pakietu startowego.



- KARTĘ ZDROWIA i oświadczenie należy wydrukować, wypełnić i dostarczyć do biura imprezy (do pobrania na stronie organizatora)
- KARTA ZDROWIA i oświadczenie jest podstawą odbioru pakietu startowego
- Pakiet startowy należy odebrać tylko i wyłącznie OSOBIŚCIE
- W biurze imprezy nie będzie możliwości wydrukowania KARTY ZDROWIA i oświadczenia
- obowiązek posiadania **numeru startowego** z przodu w widocznym miejscu (na wierzchu) przez cały czas trwania biegu (tylko numer startowy pozwala skorzystać ze świadczeń zapewnianych przez Organizatora na trasie Biegu)

FUNDACJA PRZEŁAJSKIE KOTŁINY

ULTRAKOTLINA 30

Szklarska Poręba

620

10-11.10.2020

rezygnacja z trasy: nr ratunkowy w górach: 985 690 980 855

- obowiązek poinformowania organizatorów o ewentualnej rezygnacji na numer telefonu **690980855**, najlepiej przez SMS (można już sobie wklepać ten numer w komórki, żeby nie zapomnieć); nie zastosowanie się do tego przepisu może wiązać się z obciążeniem zawodnika kosztami akcji poszukiwawczej! Wszelkie ważne numery telefonu będą widoczne także na mapach oraz numerach startowych.
- dbanie o bezpieczeństwo swoje i innych uczestników w trakcie trwania imprezy
- dbanie o środowiska naturalne, zgodnie z zasadą żeby pozostawić góry w takim stanie w jakim w nie wchodzimy
- należy przestrzegać regulaminów Lasów Państwowych, parków krajobrazowych podczas poruszania się po ich terenie
- poruszanie się po drogach publicznych zgodnie z przepisami ruchu drogowego
- obowiązkowa odprawa techniczna **15 min** przed startem



PAKIETY STARTOWE

- pamiątkowa koszulka
- mapa biegu

NA MECIE

- ciepły posiłek
- medal

NAGRODY

- 1-6 KOBIECY
- 1-6 MĘŻCZYŹNI
- Miejsca 1-3 puchary i nagrody pieniężne, 1-6 drobne nagrody rzeczowe

PARKING

- parking – organizator nie zapewnia parkingu
- przy biurze zawodów znajdują się parkingi miejskie