

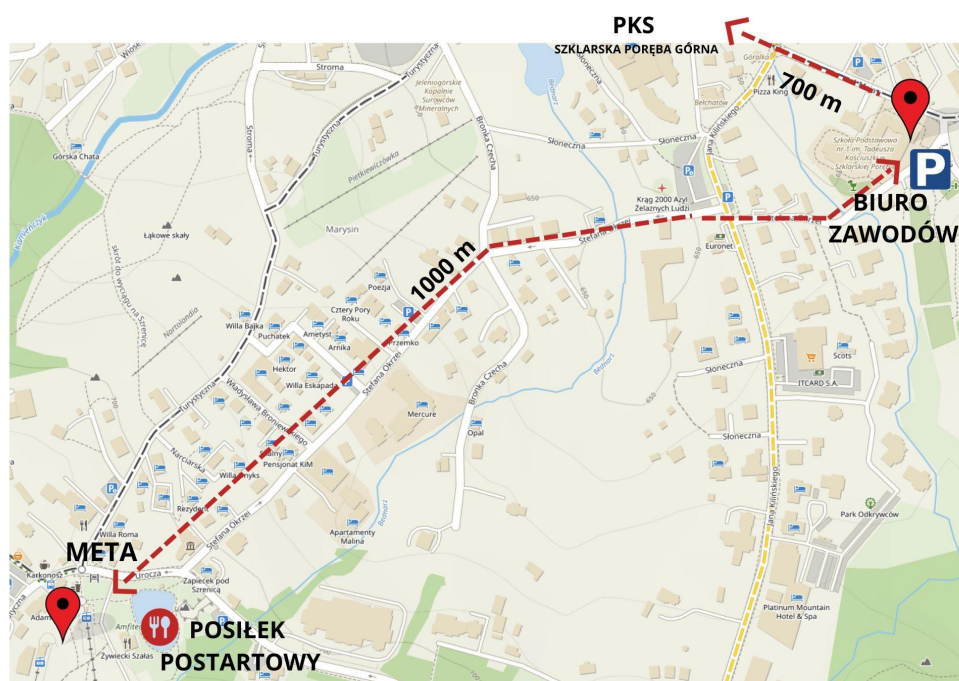
KOMUNIKAT TECHNICZNY – ULTRAKOTLINA 30 7-8.10.2023 SZKLARSKA PORĘBA

Cieszymy się, że razem z nami jesteś częścią #magiakotliny! W poniższym komunikacie znajdziesz wszystkie informacje dotyczące Twojego biegu. Prosimy o dokładne przeczytanie i zachęcamy do zapoznania się z przydatnymi linkami na końcu komunikatu. Do zobaczenia na starcie

PROGRAM

Piątek (6.10.2023)	
17:00 – 20:00	rejestracja dla wszystkich dystansów (Szklarska Poręba, Szkoła Podstawowa nr 1, ul. 1 Maja 32)
Sobota (7.10.2023)	
18:00 - 20:00	rejestracja UK30 (Szklarska Poręba, Szkoła Podstawowa nr 1, ul. 1 Maja 32)
Niedziela (8.10.2023)	
8:30	odjazd autokaru ze Szklarskiej Poręby na start UK30 (PKS Szklarska Poręba Górna)
8:00 - 9:45	rejestracja UK30 (Piechowice, Szkoła Podstawowa nr 1, ul. Szkolna 6)
10:00	start UK30 (Piechowice, Szkoła Podstawowa nr 1, ul. Szkolna 6)
16:00	limit meta
17:00	dekoracja UltraKotlina80, UltraKotlina30, UltraKotlina140, UltraKotlina Sztafety, UltraKotlina180, OPEN i kat. wiekowe (Szklarska Poręba, dolna stacja wyciągu na Szrenicę)
19:30	zamknięcie biura z depozytem (dolna stacja wyciągu na Szrenicę - Szklarska Poręba)

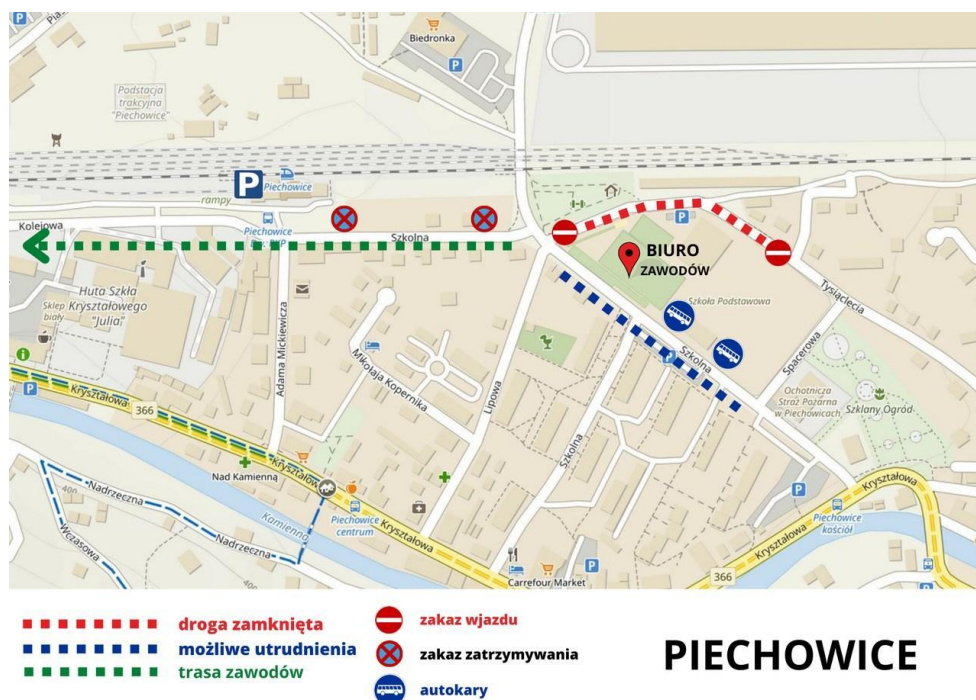
BAZA ZAWODÓW (SZKLARSKA PORĘBA)



[Lista wszystkich lokalizacji \(PK, PT, baza, starty, meta\) na Google Maps](#)

Utrudnienia w ruchu w Szklarskiej Porębie (przebudowa ul. 1-go Maja) -
<https://ultrakotlina.pl/2023/09/29/utrudnienia-w-ruchu-w-szklarskiej-porebie/>

ORGANIZACJA STARTU (PIECHOWICE)



ODBIÓR PAKIETU I DEPOZYT

- przy rejestracji należy dostarczyć wydrukowane i podpisane oświadczenie ([dostępne na stronie](#))
- depozyt można zostawić przy rejestracji (również na miejscu przed startem w Piechowicach w godzinach działania rejestracji -> patrz program). Depozyt **musi** być zapakowany w worek zapewniony przez organizatora!
- odbiór - meta (Szklarska Poręba, dolna stacja wyciągu na Szrenicę)
- w pakiecie będą dostępne naklejki z nr startowym "depozyt"



TRASA

- dystans 34 km, przewyższenie 1309 m
- [ślad GPS i profil trasy](#)

- zalecamy korzystać ze śladu GPX wgranego w zegarek lub aplikację na telefon (np. GPX Viewer)

Uwaga: Trasa w kilku miejscach przecina drogi publiczne - przy przekraczaniu jezdni obowiązują przepisy ruchu drogowego - prosimy o szczególną ostrożność!

OZNAKOWANIE

- biała taśma z logo UltraKotliny z odblaskami (oznakowany jest tylko dobry wariant trasy)
- strzałki kierunkowe na wybranych skrzyżowaniach
- pomarańczowy spray na odcinkach asfaltowych

TOALETY

- start: toalety w szkole podstawowej
- meta: ToiToi oraz toalety w Szalasie Żywieckim

LIMITY

Na ukończenie trasy uczestnicy i uczestniczki mają 6 godzin. O godzinie 16.00 w niedzielę 08.10.2023 trasa zostaje zamknięta. **Limity czasu obowiązują na każdym punkcie kontrolnym.**

Punkt	data / godzina zamknięcia	odległość od startu
PK A Zakręt Śmierci	08.10.2023 / 12.00 (2h)	12 km
PK B Jakuszyce	08.10.2023 / 15.00 (5h)	24 km

PUNKTY KONTROLNE I ŻYWIENIOWE

Na punktach nie będzie kubeczków jednorazowych, należy mieć ze sobą własny kubeczek.

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

WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

- telefon komórkowy (naładowany z wgranymi nr tel. GOPR (985) i organizatora 690 980 855)
- dowód osobisty (fizyczny lub elektroniczny)
- minimum 500 ml wody/napoju

- folia NRC
- numer startowy (umieszczony z przodu ciała w widocznym miejscu)
- bidon lub kubek wielokrotnego użytku (na punktach nie ma kubeczków plastikowych)
- ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków

Wyposażenie obowiązkowe będzie sprawdzane wrywkowo na starcie, punktach kontrolnych, mecie – brak któregokolwiek z elementów skutkuje dyskwalifikacją lub karą czasową (szczegóły w regulaminie).

REZYGNACJE NA TRASIE

- w przypadku rezygnacji z zawodów w trakcie ich trwania należy niezwłocznie powiadomić o tym fakcie Organizatora, tel. 690 980 855

POSIŁEK PO BIEGU

- posiłek po biegu będzie dostępny w Szafasie Żywieckim na mecie (dolna stacja wyciągu na Szrenicę) i będzie wydawany na podstawie numeru startowego

PRZYDATNE LINKI

FAQ	https://ultrakotlina.pl/faq/
Informacje o transporcie (autokary, parkingi)	https://ultrakotlina.pl/transport/
Lista punktów kontrolnych	https://ultrakotlina.pl/punkty-kontrolne/
Lista wszystkich lokalizacji (PK, PT, starty, meta) na Google Maps	https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ewj7l08anftqloWvKOU8O9xYRWEPoBE&usp=sharing
Regulamin	https://ultrakotlina.pl/regulamin/
Sklepik	https://www.justhero.pl/ultrakotlina
Utrudnienia w ruchu w Szklarskiej Porębie (przebudowa ul. 1-go Maja)	https://ultrakotlina.pl/2023/09/29/utrudnienia-w-ruchu-w-szklarskiej-porebie/