

KOMUNIKAT DLA UCZESTNIKÓW ŁABOWA UPHILL

06.10.2018

data i godzina startu: **06.10.2018 13:00**
dystans i przewyższenie: **7,5 km i 430 m**
miejsce: **Łabowa, k. Nowego Sącza**



W pierwszy weekend października 2018 roku odbędzie się trzecia tura cyklu Vexa Skiroll Tour. Zawodnicy wystartują w dwóch wymagających biegach pod górę: Łabowa Uphill i Przehyba Uphill. Podajemy najważniejsze informacje dla uczestników i kibiców sobotniego **Łabowa Uphill**.

Lokalizacja ważnych miejsc

Biuro zawodów

koordynaty GPS: N49.514134, E20.826507

Biuro zawodów zlokalizowane jest w Szalasie Feleczyn - dużym, leśnym szałasie położonym po lewej stronie trasy zawodów na polu biwakowym, w odległości około 2800 m za miejscem startu.

wskazówki dojazdu

Uwaga! Biuro zawodów znajduje się w innym miejscu niż start - na trasie zawodów niecałe 3 km za startem. Jadąc od zachodu - od strony Nowego Sącza - w centrum Łabowej po minięciu remizy strażackiej dojeżdżamy do kortów tenisowych (po lewej stronie drogi). Tu za przejściem dla pieszych należy skręcić w prawo. Po kolejnych 500 m należy ponownie wykonać skręt w prawo. Po pokonaniu kolejnych 2300 m dojeżdżamy do Szalas Feleczyn (pole biwakowe po lewej stronie trasy). Tu znajduje się biuro zawodów.

Miejsce startu

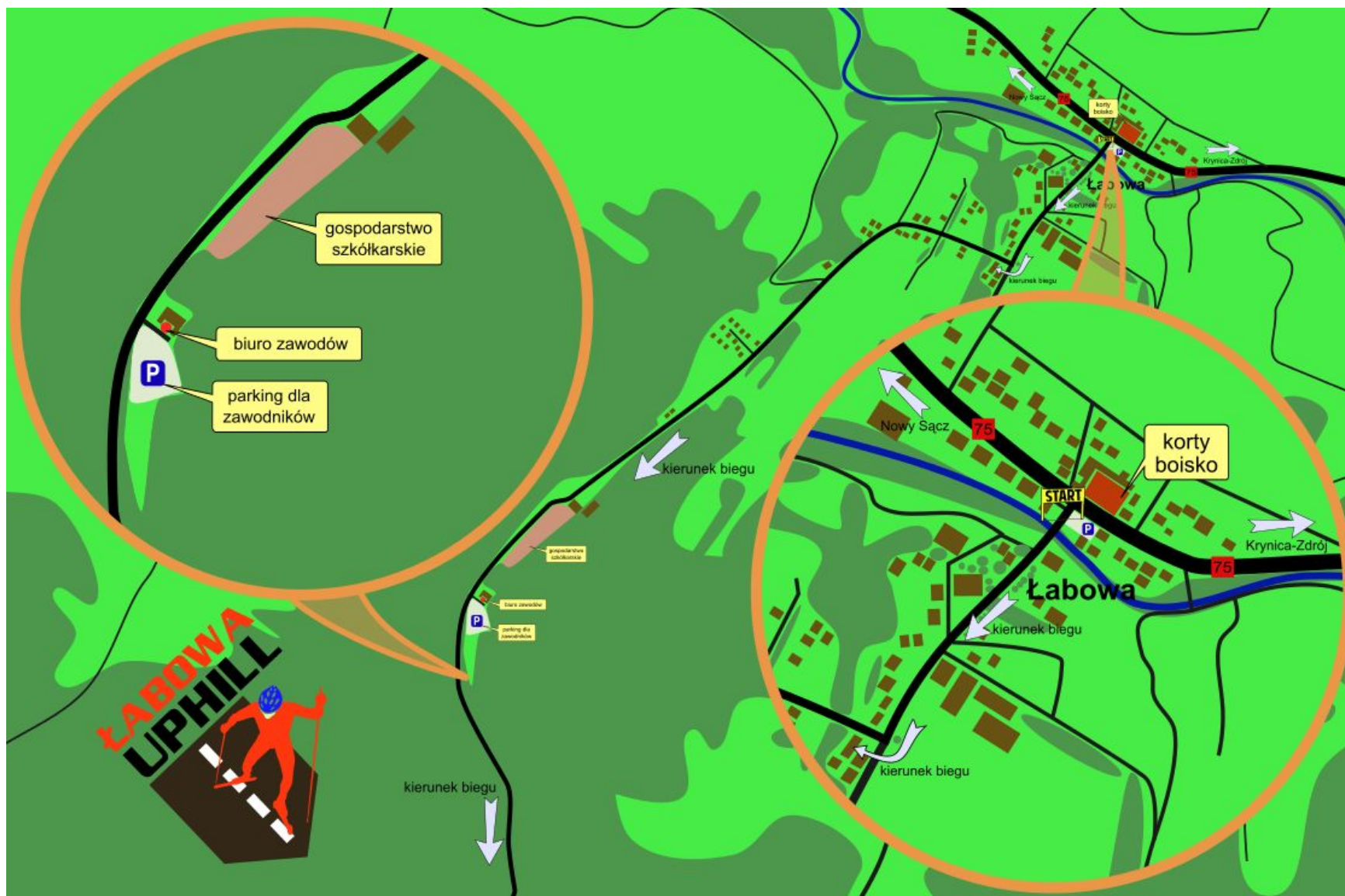
koordynaty GPS: N49.527547, E20.855165

Start znajduje się w centrum Łabowej przy parkingu położonym przy drodze krajowej nr 75, po przeciwnej stronie w stosunku do kortów tenisowych.

Parking dla zawodników

Zawodnicy parkują samochody na wyznaczonych miejscach w okolicy Szalas Feleczyn, przy biurze zawodów. Prosimy nie parkować przy trasie zawodów.

Miejsca na mapie



Przebieg imprezy

Zawodnicy dokonują weryfikacji w biurze zawodów w Szalasie Feleczyn (przeczytaj [więcej o pracy biura zawodów](#)), tam też zostawiają samochody. Do depozytu (przeczytaj [więcej o depozycie](#)) oddają stroje i buty, w które przebiorą się na mecie. Następnie w ramach rozgrzewki zjeżdżają na nartorolkach do punktu startu (niecałe 3 km, nachylenie łagodne, około 100 m spadku na długości 3 km). Zawodnicy zobowiązani się pojawić w miejscu startu najpóźniej o 12:45.

Po ukończeniu biegu na mecie zawodnicy pobierają depozyt i przebierają się zostawiając nartorolki, buty narciarskie i inne niezbędne rzeczy w depozycie organizatora. W ramach rozbiegania schodzą lub truchtają na parking (około 4 km z górki). Po ukończeniu biegu przez ostatniego zawodnika organizator zwozi depozyty w okolice biura zawodów. Zawodnicy odbierają depozyty na podstawie okazanych numerów startowych przed dekoracją. Dekoracja zawodników odbędzie się w bezpośrednim otoczeniu Szalas Feleczyn (przeczytaj [więcej o dekoracji](#)).

Start do zawodów jest wspólny w każdej konkurencji. Zawody odbywają się zgodnie z [Regulaminem Cyklu Vexa Skiroll Tour 2018](#). W pierwszej kolejności startują razem zawodnicy biegnący techniką klasyczną na nartorolkach z twardymi kołami. Po nich po przerwie 5 minut startują razem zawodnicy biegnący techniką dowolną na nartorolkach z twardymi kołami. Po kolejnej przerwie 2 minut startują razem zawodnicy biegnący na sprzęcie z pompowanymi kołami. Czas mierzony jest elektronicznie. Pomiar czasu jest brutto i liczony jest od momentu sygnału startu dla konkurencji do przecięcia przez zawodnika linii mety.

Program

- 11:00 - 12:00 - zapisy w biurze zawodów
- 11:00 - 12:30 - weryfikacja uczestników i kontrola techniczna sprzętu w biurze zawodów
- 13:00 - start do biegu techniką klasyczną
- 13:05 - start do biegu techniką dowolną
- 13:07 - start do biegu na pompowanych kołach
- ok. 15:00 - rozpoczęcie dekoracji w Szalasie Feleczyn

Zapisy

Zapisy do zawodów prowadzone są przez internet (<http://tour.vexa.pl/zapisy/>) do czwartku 4.10.2018 włącznie. **Organizatorzy apelują o zapisywanie się przez internet** (opłaty można dokonać w gotówce na miejscu), dzięki czemu czas obsługi w biurze zawodów się znacznie skróci, a zawodnik otrzyma zniżkę w opłacie startowej. Kto nie zapisze się przez internet, może dokonać rejestracji na miejscu, nie później niż na godzinę przed startem pierwszej grupy zawodników.

Szczegóły pracy biura zawodów

Prosimy zawodników o wcześniejsze dokonywanie formalności w biurze zawodów. Wcześniejsze przybycie pozwoli wszystkim na terminowe zweryfikowanie się i przedstawienie sprzętu do kontroli technicznej. **Osoby dokonujące opłaty startowej gotówką proszone są o przygotowanie odliczonych kwot.** W okolicy biura zawodów nie ma gdzie rozmienić pieniędzy.

Biuro zawodów zlokalizowane jest w Ształasie Feleczyn - dużym, leśnym ształasie położonym na polu biwakowym po lewej stronie trasy zawodów, w odległości około 2800 m za miejscem startu.

Godziny pracy biura zawodów

- **11:00-12:00** przyjmowanie zapisów
- **11:00-12:30** weryfikacja zawodników, wydawanie numerów startowych i kontrola techniczna sprzętu

Numery startowe

Numery startowe wydawane są w biurze zawodów wraz z agrałkami umożliwiającymi przypięcie ich do odzieży. Wyposażone są w chipy do elektronicznego pomiaru czasu. **Uwaga!** Numer należy przypiąć **z przodu w okolicach piersi lub żołądka**, nie należy też go niczym zakrywać. Przypięcie numeru w innym miejscu niż pierś spowoduje, że chip nie zostanie odczytany przez system pomiaru czasu, a zawodnik nie zostanie sklasyfikowany.

Start w obu biegach (w sobotę i niedzielę)

Zawodnicy biorący udział w obu biegach (Łabowa Uphill i Przehyba Uphill) dokonują jednej odprawy w biurze zawodów w sobotę. Po sobotnim starcie zachowują numer startowy z chipem i korzystają z niego ponownie podczas startu w niedzielę. W wypadku zmiany techniki lub sprzętu w niedzielę należy postępować zgodnie ze wskazówkami opublikowanymi w komunikacie dla startujących w Przehyba Uphill.

Opłaty startowe

Opłata startowa zależy od terminu zgłoszenia. Sprawdź swój termin zgłoszenia i przygotuj taką kwotę.

Termin zgłoszenia	Opłata za jeden bieg	Opłata za dwa biegi
do 31.08.2018	60 zł	100 zł
od 01.09.2018 do 04.10.2018	70 zł	120 zł
w biurze zawodów 6.10.2018	80 zł	140 zł

Sprzęt i kontrola techniczna

Wszyscy zawodnicy przed startem zobowiązani są do przedstawienia swoich nartorolek do kontroli technicznej, która będzie prowadzona przy biurze zawodów w godzinach pracy biura. Nartorolki dopuszczone do startu będą oznaczone odpowiednią naklejką kontrolną z numerem startowym zawodnika. Sprzęt może być też kontrolowany na mecie.

Zgodnie z regulaminem cyklu Vexa Skiroll Tour do udziału w zawodach dopuszczeni będą zawodnicy **wyłącznie na nartorolkach z czarnymi, gumowymi kołami**. Sprzęt wyposażony w koła poliuretanowe lub kauczukowe nie będzie się nadawał do startu. Uczestnicy konkurencji na kołach pompowanych powinni posiadać rolki lub nartorolki z gumowymi, pompowanymi oponami.

Kije zawodników mogą być dowolnej długości. Zgodnie z regulaminem **uczestnicy muszą na trasie zawodów być wyposażeni w kaski**. Zasady cyklu mówią, że wszyscy, którzy nie spełnią tego warunku, otrzymają karę czasową 2 minut, która zostanie doliczona do uzyskanego wyniku. Zalecamy też start w okularach w celu ochrony oczu przed grotami kijów innych uczestników.

Depozyt

Zawodnicy mogą przekazać organizatorowi rzeczy zapakowane w swoich torbach do przewiezienia na metę. Zalecamy przygotowanie ubrań i butów do pełnego przebrania się. Meta znajduje się znacznie wyżej niż start, będzie tam odczuwalnie chłodniej. Ponieważ zawodnicy schodzą o własnych siłach do Ształasu Feleczyn, należy do depozytu przekazać także buty. Depozyt można złożyć (we własnych torbach lub workach) do pojazdu organizatora w godzinach 12:00-12:30 przy biurze zawodów oraz 12:40-12:50 przy starcie. Organizator nie bierze odpowiedzialności za przekazane rzeczy.

Pomoc medyczna

Zawody zabezpieczone są medycznie przez Grupę Krynicką GOPR. Ratownicy GOPR będą czuwać przy trasie zawodów.

Trasa zawodów

Bieg odbywa się na drodze zamkniętej dla ruchu pojazdów na czas zawodów. Trasa zawodów rozpoczyna się w Łabowej, na parkingu zlokalizowanym przy drodze krajowej nr 75 naprzeciwko kortów tenisowych - koordynaty GPS: N49.527547, E20.855165. Prowadzi początkowo na południowy-zachód, by po około 500 m skręcić w prawo. Tą drogą zawodnicy pokonują kolejne 7 km, w pierw po drodze gminnej, następnie po drodze pod zarządem Nadleśnictwa Nawojowa, mijając po drodze m.in. Gospodarstwo Szkółkarskie Feleczyn i Feleczyn Szalas należące do tego nadleśnictwa. Meta zawodów znajduje się w okolicach końca asfaltu.

Trasa zawodów jest oznakowana tabliczkami informującymi o liczbie pozostałych kilometrów do mety.

Punkt odżywczy

Jeden punkt odżywczy znajduje się na mecie. Zawodnicy mogą napić się izotonika lub wody, jak też przekąsić coś słodkiego - ciasteczka.



Izotonik zapewnia SiS®.

Pojazdy na trasie zawodów

Prosimy zawodników o nieparkowanie przy trasie zawodów, by nie utrudniać zawodnikom korzystania z pełnej szerokości drogi.

Uwaga! Trasa zawodów jest zamknięta dla ruchu, ale mogą znaleźć się na niej pojazdy wyjeżdżające z gospodarstw, czy dróg leśnych. Należy zachować ostrożność. Prosimy także o wyrozumiałość dla pojazdów obsługi zawodów, które przed startem, jak i po nim, muszą dostać się na metę korzystając z trasy zawodów. W miarę możliwości, jeśli nie przeszkadza to w bezpośredniej rywalizacji, prosimy zawodników o przepuszczenie pojazdów organizatora.

Kibice i dojazd na metę

Droga pod zarządem Nadleśnictwa Nawojowa jest zamknięta dla ruchu pojazdów. Żadne pojazdy - z wyjątkiem obsługi zawodów - nie będą wpuszczane na metę. Nie ma tam miejsca do parkowania. Kibiców, którzy chcą powitać zawodników na mecie, prosimy o przespacerowanie się (to około 4 km od parkingu).

Transport z mety na parking

Organizator nie zapewnia zwiezienia zawodników z mety. Sposób przedostania się zawodników na parking przy Szalasiu Feleczyn został opisany w sekcji [Przebieg imprezy](#).

Dekoracje i zakończenie

Dekoracje odbędą się przy Szalasiu Feleczyn (miejsce biura zawodów). Planowana godzina rozpoczęcia dekoracji to 15:00. Jeśli program miałby się zmienić, będzie ogłaszany przez speakera. Dekoracje prowadzone będą zgodnie z zasadami cyklu Vexa Skiroll Tour dla każdej konkurencji osobno dla kobiet i mężczyzn open oraz w kategoriach wiekowych.

Losowanie nagród

Na zakończenie dekoracji w sobotę odbędzie się losowanie atrakcyjnych nagród - sprzętu i akcesoriów sportowych dla biegających na nartorolkach, jak też odżywek sportowych. **W niedzielę na zakończenie wśród uczestników biorących udział w niedzielnym biegu i obecnych na losowaniu zostaną rozdysponowane nartorolki na kompozytowych mostach Vexa 63FW Flex Composite Skate.** Warto pozostać z nami do końca.

fundatorzy nagród



Ważne linki

- [strona internetowa cyklu Vexa Skiroll Tour](#)
- [informacje o Łabowa Uphillu](#), w tym mapa zawodów i profil wysokościowy
- [zapisy do zawodów Łabowa Uphill](#)
- [lista zgłoszonych zawodników](#)
- [regulamin cyklu Vexa Skiroll Tour 2018](#)
- [regulamin Łabowa Uphill 2018](#)
- do pobrania [zgoda rodzica / opiekuna na start małoletniego](#)

PRZYPNIJ POPRAWNIE NUMER STARTOWY

Zgodnie z Regulaminem Cyklu Vexa Skiroll Tour Uczestnicy zobowiązani są przez cały czas obecności na trasie Zawodów posiadać widoczny, niczym niezastonięty numer startowy przymocowany z przodu w okolicy piersi.

Uwaga! Umieść numer z przodu na piersi lub w okolicach żołądka. Inaczej system pomiaru czasu może nie odczytać umieszczonego na nim chipa, a Ty nie zostaniesz przez to sklasyfikowany w zawodach.

