Vexa Skiroll Tour

sezon: **2020**

II tura Małopolska

19-20 września 2020

najważniejsze informacje dla uczestników

W trzeci weekend września 2020 roku w Małopolsce odbywa się II tura cyklu Vexa Skiroll Tour 2020. Zawodnicy zmierzą się w Uphillu Zachodniego Podhala i Przehyba Uphill.

Nowości w 2020 roku

W ramach II tury cyklu organizowany jest nowy bieg Uphill Zachodniego Podhala, o którym szczegółowe informacje znajdziesz na kolejnych stronach.

Uwaga! Zmienia się program w stosunku do tradycyjnego harmonogramu startu konkurencji w zawodach cyklu. Ze względu na małą liczbę startujących na pompowanych kołach wystartują oni jako pierwsi. W ten sposób skróci się czas startu i trwania zawodów. Więcej informacji poniżej przy opisie biegów.

Obsługa zawodów i uczestnicy zawodów zobowiązani są do przestrzegania Regulaminu Sanitarnego wprowadzonego w związku z panującą pandemią COVID-2.

Informacje organizacyjne

Zapisy

Zapisy do zawodów prowadzone są przez internet do czwartku 17.09.2020 roku 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.

Formalności w biurze zawodów

Prosimy zawodników o wcześniejsze dokonywanie formalności w biurze zawodów. W tym roku ze względu na ograniczenia sanitarne czas obsługi w biurze może się wydłużyć. Wcześniejsze przybycie pozwoli wszystkim na terminowe zweryfikowanie się i przedstawienie sprzętu do kontroli technicznej.

Opłaty startowe

Osoby dokonujące opłaty startowej gotówką proszone są o przygotowanie odliczonych kwot. W okolicy biura zawodów nie ma gdzie rozmienić pieniędzy.

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

Termin zgłoszenia	do 17.08	od 18.08 do 17.09	po 17.09
opłata za 1 bieg	60 zł	70 zł	80 zł
opłata za 2 biegi	100 zł	120 zł	140 zł

PRZYPNIJ POPRAWNIE NUMER STARTOWY !

Zgodnie z Regulaminami zawodów zawodnicy zobowiązani są przez cały czas obecności na trasie zawodów posiadać widoczny, niczym niezasłonięty 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 umieszonego na nim chipa, a Ty nie zostaniesz przez to sklasyfikowany w zawodach.

Wydawanie numerów startowych

Numery startowe wydawane są w biurze zawodów wraz z agrafkami umożliwiającymi przypięcie ich do odzieży. Numery wyposażone są w chipy do elektronicznego pomiaru czasu.

Start w więcej niż jednym biegu

Zawodnicy biorący udział w dwóch biegach (w sobotę i niedzielę) dokonują jednej odprawy w biurze zawodów w sobotę. Po sobotnim starcie **zachowują numer startowy z chipem** i korzystają z niego ponownie w niedzielę.

Uwaga! W wypadku startu w niedzielę inną techniką niż w sobotę (zmiana konkurencji w stosunku do soboty), należy w niedzielę przed startem ponownie się zweryfikować i oddać sprzęt do kontroli technicznej. Kontroli technicznej należy dokonać przy każdej zmianie nartorolek lub ich podzespołów. W niedzielę biuro zawodów jest czynne krócej. **Kto będzie tego dnia załatwiał sprawy w biurze zawodów, proszony jest o przybycie do około godziny 9:45 !**

Gmina Kościelisko
Gmina Czarny Dunajec
Miasto i Gmina Stary Sącz
Nadleśnictwo Stary Sącz
Grupa Krynicka GOPR
NARTOROLKI.PL
PIWNICZANKA
vexa
PIEKARNIA "EPI"
SKI GO

Sprzęt i kontrola techniczna

Zawodnicy przed startem zobowiązani są do dokonania kontroli technicznej w biurze zawodów w godzinach pracy biura. Nartorolki dopuszczone do startu są oznaczone naklejką kontrolną z numerem startowym zawodnika. W wypadku wymiany sprzętu lub jego podzespołów należy ponownie przedstawić nartorolki do kontroli technicznej.

Do udziału w zawodach dopuszczeni będą zawodnicy wyłącznie na nartorolkach z czarnymi, gumowymi kołami. 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. Zalecamy też start w okularach w celu ochrony oczu przed grotami kijów innych uczestników.

Ochrona przed koronawirusem SARS-CoV-2 - stosuj zasady

Przybywających na nasze zawody prosimy o stosowanie się do zasad Regulaminu Sanitarnego, a w szczególności:

- zasłaniaj twarz maseczką ochronną, chustą, czy częścią odzieży przez cały czas udziału w wydarzeniu, poza czasem rywalizacji
- utrzymuj dystans min. 2 metry od innych uczestników w kolejce do biura zawodów, podczas rozgrzewki, oczekiwa-nia na dekorację, czy ceremonii dekoracji
- unikaj fizycznego kontaktu z innymi uczestnikami wydarzenia, bliskiego witania się, gratulowania uściskiem itp.

Ważne informacje w internecie

- strona internetowa cyklu Vexa Skiroll Tour
- zapisy do zawodów
- regulamin cyklu Vexa Skiroll Tour 2020
- szczegółowe informacje o zawodach Uphill Zachodniego Podhala 2020
- regulamin zawodów Uphill Zachodniego Podhala 2020
- szczegółowe informacje o zawodach Przehyba Uphill 2020
- regulamin zawodów Przehyba Uphill 2020
- Regulamin Sanitarny 2020
- do pobrania zgoda rodzica / opiekuna na start małoletniego
- do pobrania formularz zgłoszenia teamu

Czytaj więcej na kolejnych stronach ...

UPHILL ZACHODNIEGO PODHALA

dystans: **10 km**, przewyższenie: **390 m**

Ciche · 19.09.2020 · 11:00

Miejsce startu

Ciche Górne, przy Orliku Ciche Górne.

Parkowanie

Do dyspozycji zawodników są parkingi ok. 200 m poniżej miejsca startu:
· przy kościele i ulicy
· po drugiej stronie ulicy wjazd za domem parafialnym w stronę cmentarza

Biuro zawodów

koordynaty: N49.360984, E19.859521

pokaż w Mapach Google

Biuro zawodów znajduje się na terenie Orlika Ciche Górne.

Godziny pracy biura zawodów
· 9:00-10:00 przyjmowanie zapisów
· 9:00-10:30 weryfikacja zawodników, wydawanie numerów startowych i kontrola techniczna sprzętu

Program

• 9:00 - 10:00 - zapisy w biurze zawodów
• 9:00 - 10:30 - weryfikacja uczestników i kontrola techniczna sprzętu w biurze zawodów
• 11:00 - start do biegu na pompowanych kołach
• 11:01 - start do biegu na nartorolkach techniką klasyczną
• 11:06 - start do biegu na nartorolkach techniką dowolną
• 14:00 - rozpoczęcie dekoracji i losowania nagród w miejscu startu

Trasa zawodów

Zawody odbywają się przy ograniczonym ruchu pojazdów, zawodnicy poruszają się prawą stroną jezdni. Trasa na pierwszych 2,3 km pnie się łagodnie. Po ostrym skręcie w lewo znajduje się stromy podbieg o długości około 800 m, a droga się zwęża. Na wypłaszczeniu skręt w prawo i bieg na odcinku o długości ponad 5 km o znacznie łagodniejszym profilu. Ta część trasy to niewielkie podbiegi i odcinki płaskie, a także nieznaczne i krótkie zjazdy na prostych fragmentach. Po pokonaniu łącznie około 8,5 km trasa zawodów łączy się z ul. Tatrzańską prowadzącą na Gubałówkę z Dzianisza. Od tego momentu podbiegi stają się bardziej strome, a asfalt znacznie mniej komfortowy - nawierzchnia pozbawiona jest dziur, ale grube ziarno asfaltu znacznie spowalnia jazdę. Na tym odcinku znajduje się też największy zjazd, jest on bezpieczny, prowadzi po prostym odcinku drogi (brak zakrętów), na jego końcu znajduje się przeciwstok, a struktura asfaltu nie pozwala na osiągnięcie zbyt dużych prędkości. Meta znajduje się w na grzbiecie Gubałówki w Butorowie, niemal przy samym końcu wzniesienia.

Punkty odżywcze

Punkt odżywczy znajduje się na mecie zawodów. W 2020 roku ze względu na panującą pandemię wydawana będzie wyłącznie woda niegazowana w butelkach 0,5 l.

Depozyt

Zawodnicy mogą przekazać organizatorowi rzeczy zapakowane w swoich torbach do przewiezienia na metę. Zalecamy przygotowanie ubrań i butów do pełnego przebrania się. Meta zawodów znajduje się na wysokości ponad 1100 m n.p.m. i będzie tam dużo chłodniej niż na starcie. Odjazd samochodu z depozytem na metę planowany jest na 10:45. Organizator nie bierze odpowiedzialności za przekazane rzeczy.

Dekoracje i zakończenie

Dekoracje odbędą się przy Orliku Ciche Górne (miejsce startu). Planowana godzina rozpoczęcia dekoracji to 14:00. 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.

Transport z mety na parking

Zawodnicy po przybyciu na metę sukcesywnie busami zwożeni są na start.

Nagrody i losowania

Trzech najlepszych zawodników obu płci w klasyfikacjach open i kategoriach wiekowych, dla każdej z konkurencji, otrzyma medale. Warunkiem dekoracji w kategoriach wiekowych jest start przynajmniej 20 zawodników obu płci w danej konkurencji.

Wśród wszystkich uczestników zawodów zostaną rozlosowane nagrody ufundowane przez sponsorów, w tym akcesoria nartorolkowe marek Vexa i Skigo.

PRZEHYBA UPHILL

dystans: **6,7 km**, przewyższenie: **580 m**

Gaboń · 20.09.2020 · 11:00

Miejsce startu

W Gaboniu na drodze na Przehybę przy zakazie ruchu na wysokości progu zwalniającego na drodze, tuż za leśniczówką.

Wskazówki dojazdu

Kierując się do Gabonia ze Starego Sącza należy przejechać przez Gołkowice Dolne i Górne. Dalej droga prowadzi przez wsie Skrudzina i Praczka. Główna droga kończy się (zakaz wjazdu do lasu) w miejscu, w którym zlokalizowane jest biuro zawodów i start.

Uwaga! Prosimy o przepisową jazdę. W poprzednich latach przy drodze na miejsce startu policja prowadziła kontrolę prędkości.

Parkowanie

100 m poniżej miejsca startu i biura zawodów jest parking, na którym zmieści się do 30 samochodów. Prosimy o ekonomiczne ustawianie się na parkingu. Zawodnicy, którzy nie zmieszczą się na parkingu proszeni są o ustawianie samochodów wzdłuż drogi dojazdowej poniżej parkingu.

Biuro zawodów

koordynaty GPS: N49.500629, E20.552935

pokaż w Mapach Google

Biuro zawodów znajduje się na terenie leśniczówki - ostatni dom po prawej stronie przy zakazie ruchu na asfaltowej drodze prowadzącej z Gabonia na Przehybę.

Biuro zawodów jest czynne w godzinach 9:15 - 10:15.

Uwaga! Biuro zawodów zostaje zamknięte na 45 minut przed czasem startu pierwszego zawodnika ze względu na konieczność przygotowania kolejności startu indywidualnego, wydrukowania list i powiadomienia uczestników z wyprzedzeniem o dokładnym czasie startu.

Program

- **9:15 - 10:15** - zapisy, weryfikacja uczestnikówi odbiór numerów startowych oraz kontrola techniczna sprzętu w biurze zawodów
- **10:30 - 10:40** - opublikowanie list startowych
- **11:00** - start pierwszego zawodnika na pompowanych kołach
- ok. **11:03** - start pierwszego zawodnika techniką klasyczną
- ok. **11:18** - start pierwszego zawodnika techniką dowolną
- **13:30** - rozpoczęcie dekoracji
- ok. **14:15** - rozpoczęcie zwożenia zawodników do punktu startu

Przebieg imprezy

Zawodnicy, którzy nie dokonali weryfikacji w sobotę podczas Uphillu Zachodniego Podhala, dokonują jej w biurze zawodów na terenie leśniczówki przy starcie zawodów. Biuro zawodów jest zamykane o 10:15 i tworzone są listy startowe. Zostaną one wywieszone około 10:30 - 10:40 przy wejściu do biura zawodów. Fakt opublikowania list startowych będzie komunikowany przez speakera. Listy startowe będą zawierały dokładne godziny startów każdego z zawodników.

Wszyscy, którzy dokonali weryfikacji i odebrali numer startowy w sobotę, a nie zmieniają techniki biegu lub sprzętu w stosunku do sobotnich zawodów, powinni pojawić się w niedzielę na miejscu zawodów około 10:20, by na listach startowych sprawdzić godzinę startu. Kto planuje biec inną techniką niż w sobotę lub na sprzęcie, który nie przeszedł kontroli technicznej, zobowiązany jest pojawić się w niedzielę w biurze zawodów w godzinach jego pracy.

Start do zawodów jest indywidualny. Zawodnicy rozpoczynają bieg w odstępach 15 sekund. Rozstawienie zawodników i przydział numerów startowych odbywa się zgodnie z Regulaminem Vexa Skiroll Tour 2020. W pierwszej kolejności od godziny 11:00 startują zawodnicy na pompowanych kołach. Po nich po przerwie 1 minuty startuje pierwszy zawodnik biegnący techniką klasyczną. Po kolejnej przerwie 1-2 minut startuje pierwszy zawodnik dowolnie.

Pomiar czasu liczony jest od momentu sygnału startu dla każdego zawodnika do momentu przecięcia przez niego linii końcowej - mety zawodów.

Uwaga! Na starcie należy zameldować się najpóźniej na 5 minut przed planowaną godziną startu zawodnika. Kto spóźni się na swój start, nie weźmie udziału w zawodach.

W Przehyba Uphill weźmie udział kilkudziesięciu zawodników w różnych kategoriach. To oznacza, że różnica czasowa pomiędzy startem pierwszego i ostatniego wyniesie nawet 25 minut. Prosimy wziąć to pod uwagę planując czas rozgrzewki i rozebrania się do stroju startowego itp.

Po ukończeniu biegu zawodnicy na mecie pobierają depozyt. Po przebraniu się przechodzą wyżej w okolice schroniska na Przehybie (dystans ok. 400 m), gdzie przed schroniskiem odbędzie się dekoracja.

Depozyt

Zawodnicy mogą przekazać organizatorowi rzeczy zapakowane w swoich torbach do przewiezienia na metę. Zalecamy przygotowanie ciepłych ubrań i butów, a nawet czapek do pełnego przebrania się. Meta znajduje się na wysokości 1130 m n.p.m., a miejsce dekoracji jeszcze wyżej pod szczytem Przehyby. Depozyt można przekazać do pojazdu organizatora w godzinach 10:30-10:50 przy starcie. Organizator nie bierze odpowiedzialności za przekazane rzeczy.

Ponieważ od momentu odjazdu depozytu na metę do czasu indywidualnego startu zawodnika może minąć więcej czasu, zalecamy rozgrzewanie się i oczekiwanie na start w okryciu wierzchnim - kurtka, spodnie. Przez cały czas przy starcie będzie znajdował się pojemnik na odzież wierzchnią zawodników (kurtki, spodnie), które można pozostawić tam na krótko przed startem. Pozostawione rzeczy będą do odebrania po zawodach w okolicach miejsca dekoracji.

Trasa zawodów

Asfalt z Gabonia na Przehybę jest w różnym stanie. Są odcinki prawie nowe, jak też gorszej jakości. W 2017 roku przed zawodami gospodarz terenu - Nadleśnictwo Stary Sącz - prowadziło remont przepustów, dzięki temu na odcinku około 1 km pojawił się nowy asfalt. Niestety na pozostałych odcinkach asfalt ulega ciągłej degradacji. Prosimy o ostrożność podczas biegu.

Tradycyjnie przed zawodami na trasę wyjedzie automatyczna zamiatarka, którą zapewnia gmina Stary Sącz. To, czego nie usunie maszyna, zostanie dodatkowo wysprzątane ręcznie.

Trasa zawodów prowadzi po asfaltowej drodze pod administracją Nadleśnictwa Stary Sącz i wyłączonej z ruchu pojazdów. To droga leśna, na którą prawo wjazdu mają wyłącznie służby leśne i obsługa schroniska na Przehybie. Trasa w większości prowadzi w lesie wśród wysokich drzew dających osłonę przed słońcem i wiatrem. Meta zlokalizowana jest około 400 m przed szczytem Przehyby przy końcu asfaltu.

Pojazdy na trasie zawodów

Uwaga! Trasa zawodów jest zamknięta dla ruchu, ale mogą znaleźć się na niej pojazdy jadące od schroniska lub wyjeżdżające z dróg leśnych. Przehyba to popularne miejsce wycieczek, należy spodziewać się na trasie turystów pieszych i kolarzy. Prosimy 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.

Punkty odżywcze

Punkt odżywczy znajduje się na mecie zawodów. W 2020 roku ze względu na panującą pandemię wydawana będzie wyłącznie woda niegazowana w butelkach 0,5 l. Z tego względu w tym roku nie będzie też bufetu w połowie trasy na Przehybę.

Dekoracje i zakończenie

Dekoracja odbędzie się po zawodach w okolicach schroniska na Przehybie. Planowana godzina rozpoczęcia dekoracji to 13:30. 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 dla najszybszych zawodników.

Transport z mety na parking

Po zakończeniu dekoracji uczestnicy zostaną zwiezieni na start. Ze względu na dużą liczbę startujących i tylko kilka przepustek pozwalających na wjazd na Przehybę, pojazdy będą zwoziły w pierwszej kolejności zawodników. Szacowana godzina rozpoczęcia zwożenia to 14:15.

Dojazd kibiców na metę

Od miejsca, w którym zlokalizowany jest start zawodów, droga na Przehybę jest zamknięta dla ruchu pojazdów. To teren Lasów Państwowych i wjazd wymaga specjalnej przepustki. Trasa jest monitorowana kamerami. Prosimy kibiców i zawodników o uszanowanie zakazu, tym bardziej, że za jego złamanie grożą surowe kary. Kibiców zapraszamy na pieszy spacer, aby dopingować zawodników na trasie. Pamiętajmy o tym, żeby nie przeszkadzać startującym na trasie i bezwzględnie zejść na pobocze podczas przejazdu zawodnika. Dziękujemy.

Nagrody i losowania

Trzech najlepszych zawodników obu płci w klasyfikacjach open i kategoriach wiekowych, dla każdej z konkurencji, otrzyma medale. Warunkiem dekoracji w kategoriach wiekowych jest start przynajmniej 20 zawodników obu płci w danej konkurencji.