

Любительское спортивное мероприятие Ультрамарафон «Приморская сотка 2020»

Владивосток, 2020 г.

Положение

Клуб бега «Форрест Гамп» приглашает всех любителей бега принять участие в ультрамарафоне «Приморская сотка 2020». К мероприятию может присоединиться любой желающий на любую дистанцию.

ДИСТАНЦИИ И МАРШРУТ:

Мероприятие включает 2 дистанции (50км и 100км) в двух вариантах - со своим обеспечением едой и водой, а также с обеспечением едой и водой организаторами.

- "ПОЛОВИНКА_ЕДА" - 50км (питание включено).
- "ПОЛОВИНКА_САМ" - 50км (питание не включено).
- "СОТКА_ЕДА" - 100км до центральной площади Уссурийска (питание включено).
- "СОТКА_САМ" - 100км до центральной площади Уссурийска (питание не включено).

Описание трассы: покрытие - асфальт, бег по шоссе, по тротуару или обочине.

СТОИМОСТЬ УЧАСТИЯ:

- "ПОЛОВИНКА_ЕДА" (50км) **Стоимость: 1200р**
- "ПОЛОВИНКА_САМ" (50км) **Стоимость: 1000р**
- "СОТКА_ЕДА" (100км) **Стоимость: 1400р**
- "СОТКА_САМ" (100км) **Стоимость: 1000р**

Данная стоимость включает в себя:

- Базовый сбор по 1000р идёт на организационные расходы.

- Дополнительные сборы (помимо базового) в вариантах с приставкой «_ЕДА» идут на закупку еды и воды участникам.

БЕЗОПАСНОСТЬ:

ВНИМАНИЕ! Большую часть пути бежим по обочине, поэтому соблюдаем правила движения по дороге, уважаем участников дорожного движения и **ответственно относимся** к своей безопасности и безопасности всех участников движения.

ПИТАНИЕ НА ДИСТАНЦИИ:

Помимо того, что будет входить в предоплаченное питание в категориях, где в названии есть "_ЕДА", в машину сопровождения можно передавать своё питание на старте.

Участникам всех дистанций (даже тех, где включена еда) рекомендуется заранее продумать стратегии питания и гидратации и на старте передать всё, что необходимо в машину поддержки.

Более подробная информация о предоплаченном питании будет позднее.

КОНТРОЛЬНЫЕ ТОЧКИ И ПИТ-СТОПЫ:

Километры, на которых будут располагаться контрольные точки и пит-стопы: количество и места размещения будут указаны позже.

НЕОБХОДИМОЕ СНАРЯЖЕНИЕ:

- Телефон для связи с полностью заряженной батареей
- Часы с записью трека, либо программа в телефоне для записи трека. Запись трека обязательна.
- Средства личной гигиены «на всякий случай»
- Наличные деньги «на всякий случай»
- Предусмотреть ту одежду и обувь, которая соответствует погодным условиям. Запасную одежду и обувь можно передать в машину сопровождения на старте.
- Нагрудные номера с булавками выдаются организаторами перед стартом.

РЕКОМЕНДУЕМОЕ СНАРЯЖЕНИЕ:

- Головной убор, бафф на шею
- Необходимый запас воды и еды с собой (рюкзак-гидратор, бутылочки, батончики, гели и т.д.)
- Если не уверены насчёт батареи телефона, часов - берите power bank.

МЕСТО И ВРЕМЯ СТАРТА:

11.04.2019 в 6:30 на озере Чан, возле олимпийских колец - сбор, брифинг, фото.

11.04.2019 в 7:00 - старт от озера Чан.

ПРОЧЕЕ:

Восход солнца и закат - информация будет доступна за неделю до старта.

Трансфер от финиша - организовываем самостоятельно.

Лимит времени на дистанции 100км - 13 часов.

Лимит времени на дистанции 50км - 6 часов.

Предварительная регистрация обязательна. Организационный взнос - на месте старта, либо через сайт, где размещено мероприятие.

Все финишировавшие участники будут награждены медалями.