



PROGRAM WYDARZENIA

4. ULTRAMARATON KASZUBSKA PONIEWIERKA

INFORMACJE OGÓLNE:

1. Zawodnicy biorący udział w wydarzeniu mają do wyboru start na czterech dystansach:
 - Ultramaraton Kaszubska Poniewierka na dystansie 100km (zwanym dalej **UKP**) z limitem czasowym trasy wynoszącym 16h;
 - Kaszubska Poniewierka 75 na dystansie 74 km (zwanym dalej **KP75**) z limitem czasowym trasy wynoszącym 12h;
 - Kaszubska Poniewierka 50 na dystansie 49km (zwanym dalej **KP50**) z limitem czasowym trasy wynoszącym 8h;
 - Kaszubska Poniewierka 30 na dystansie 30km (zwanym dalej **KP30**) z limitem czasowym 5h.
2. Miejsce startu poszczególnych dystansów:
 - **UKP** – Sopot, podnóże Łysej Góry, ul. Herberta 9
 - **KP75** – Gdańsk-Otomin (Wróblówka), ul. Borówkowa 13
 - **KP50** – Skrzyszewo (gm. Żukowo), przy OSP, ul. Pożarna 13
 - **KP30** – Centrum Aktywnego Wypoczynku Wieżyca - Koszałkowo
3. Meta zawodów dla wszystkich dystansów jest wspólna i wraz z Biurem Zawodów będzie zlokalizowana na terenie Centrum Aktywnego Wypoczynku Wieżyca - Koszałkowo

SZCZEGÓŁOWY PROGRAM IMPREZY:

11 września 2019r.

17:00 – 20:00 w punkcie wydawania pakietów w sklepie Intersport zlokalizowanym w Galerii Bałtyckiej w Gdańsku, przy alei Grunwaldzkiej 141, Organizator będzie wydawał Zawodnikom **UKP, KP75, KP50, KP30** numery oraz pakiety startowe, po weryfikacji tożsamości oraz po uprzednim podpisaniu przez Zawodnika Oświadczenia o biegu na własną odpowiedzialność;

13 września 2019r.

18:00 – 00:30 w Biurze Startu usytuowanym na terenie Szkoły Podstawowej nr 35 im. Jana Parandowskiego, ul. Wąsowicza 30 w Gdańsku, Organizator będzie wydawał Zawodnikom **UKP, KP75, KP50, KP30 (UWAGA: KP30 tylko do godziny 21:00)** numery oraz pakiety startowe, po weryfikacji tożsamości oraz po uprzednim podpisaniu przez Zawodnika Oświadczenia o biegu na własną odpowiedzialność;

18:00 – 22:00 Punkt rejestracji do bazy dawców szpiku DKMS;

18:00 – 21:00 Sklepić Poniewierki. **UWAGA: płatność wyłącznie gotówką;**



14 września 2019r.

- 01:10 **Odjazd autobusu z Bazy Startu, ul. Wąsowicza 30 w Gdańsku do Sopotu na start UKP, wyłącznie dla osób, które opłaciły przejazd;**
- 01:25 Planowany przyjazd autobusu na miejsce startu **UKP** w Sopocie, ul. Herberta 9;
- 01:40 – 01:50 w punkcie startowym **UKP** usytuowanym przy restauracji Klakier, ul. Herberta 9 w Sopocie Organizator przeprowadzi odprawę dla Zawodników startujących w **UKP** informując o warunkach na trasie oraz potencjalnych niebezpieczeństwach, przypominając o głównych zasadach obowiązujących w Regulaminie Biegu;
- 01:50 – 01:59 Weryfikacja obowiązkowych oznaczeń żeli i batonów;
- 01:59 – 02:00 Wspólne odliczanie do startu Biegu na dystansie **UKP**;
- 02:00 **Start Biegu Ultramaraton Kaszubska Poniewierka UKP (limit czasowy trasy 16h);**
- 04:00 Otwarcie punktu kontrolnego (PK1) trasy **UKP** zlokalizowanego na terenie Wróblówki w Otominie, ul. Borówkowa 13;
- 04:50 **Odjazd autobusu z Bazy Startu, ul. Wąsowicza 30 w Gdańsku do Wróblówki na start KP75, wyłącznie dla osób, które opłaciły przejazd;**
- 05:25 Planowany przyjazd autobusu na miejsce startu **KP75** w Gdańsku-Otominie ul. Borówkowa 13;
- 05:30 Otwarcie punktu kontrolnego (PK2) trasy **UKP / KP75** zlokalizowanego w OSP w Skrzyszewie, ul. Pożarna 13;
- 05:40 – 05:50 w punkcie startowym **KP75** usytuowanym na terenie Wróblówki w Otominie, ul. Borówkowa 13 (w sąsiedztwie PK1), Organizator przeprowadzi odprawę dla Zawodników startujących w **KP75** informując o warunkach na trasie oraz potencjalnych niebezpieczeństwach, przypominając o głównych zasadach obowiązujących w Regulaminie Biegu;
- 05:50 – 05:55 Weryfikacja obowiązkowych oznaczeń żeli i batonów;
- 05:59 – 06:00 Wspólne odliczanie do startu Biegu na dystansie **KP75**;
- 06:00 **Start Biegu Kaszubska Poniewierka 75 (KP75) (limit czasowy trasy 12h);**
- 06:30 Zamknięcie punktu kontrolnego (PK1) **UKP** zlokalizowanego na terenie Wróblówki w Otominie, ul. Borówkowa 13;
- 08:00 Otwarcie punktu kontrolnego (PK3) trasy **UKP / KP75 / KP50** w Kartuzach (ławka Aссора);
- 08:30 **Odjazd autobusu z Bazy Startu, ul. Wąsowicza 30 w Gdańsku do Skrzyszewa na start KP50, wyłącznie dla osób, które opłaciły przejazd;**
- 09:00 – 12:00 w Biurze Zawodów na terenie Centrum Aktywnego Wypoczynku w Wieżycy - Koszałkowie Organizator będzie wydawał Zawodnikom **KP30** numery oraz pakiety startowe, po weryfikacji tożsamości oraz po uprzednim podpisaniu przez Zawodnika Oświadczenia o Biegu na własną odpowiedzialność;
- 09:00 – 15:00 Punkt rejestracji do bazy dawców szpiku DKMS;

v1.1 (aktualizacja: 2019-09-04)



- 09:15 Otwarcie punktu kontrolnego (PK4) zlokalizowanego w Brodnicy Dolnej wspólnego dla dystansu **UKP / KP75 / KP50 / KP30**;
- 09:20 Planowany przyjazd autobusu na miejsce startu **KP50** w Skrzeszewie ul. Pożarna 13;
- 09:40 – 09:50 w punkcie startowym **KP50** usytuowanym przy budynku OSP w Skrzeszewie, ul. Pożarna 13 (w sąsiedztwie PK2), Organizator przeprowadzi odprawę dla Zawodników startujących w **KP50** informując o warunkach na trasie oraz potencjalnych niebezpieczeństwach, przypominając o głównych zasadach obowiązujących w Regulaminie Biegu;
- 09:50 – 09:59 Weryfikacja obowiązkowych oznaczeń żeli i batonów;
- 09:59 – 10:00 Wspólne odliczanie do startu Biegu na dystansie **KP50**;
- 10:00 **Start Biegu Kaszubska Poniewierka 50 (KP50) (limit czasowy trasy 8h);**
- 10:00 Zamknięcie punktu kontrolnego (PK2) trasy **UKP / KP75** zlokalizowanego w OSP w Skrzeszewie, ul. Pożarna 13;
- 11:00 – 19:00 Sklepik Poniewierki. **UWAGA: płatność wyłącznie gotówką;**
- 11:00 DJ Włodi;
- 11:30 Otwarcie strefy expo (UNiT, Grivel);
- 11:45 Spodziewany pierwszy zawodnik **UKP** na mecie;
- 12:05 Spodziewany pierwszy zawodnik **KP75** na mecie;
- 12:30 – 12:40 w Biurze Zawodów na terenie Centrum Aktywnego Wypoczynku w Wieżycy - Koszałkowie Organizator przeprowadzi odprawę dla Zawodników startujących w **KP30** informując o warunkach na trasie oraz potencjalnych niebezpieczeństwach, przypominając o głównych zasadach obowiązujących w Regulaminie Biegu;
- 12:40 – 12:50 Wspólna rozgrzewka;
- 12:50 – 12:59 Weryfikacja obowiązkowych oznaczeń żeli i batonów;
- 12:59 – 13:00 Wspólne odliczanie do startu Biegu na dystansie **KP30**;
- 13:00 **Start Biegu Kaszubska Poniewierka 30 (KP30) (limit czasowy trasy 5h);**
- 13:00 Zamknięcie PK3 Kartuzach (ławka Aссора) na trasie **UKP / KP75 / KP50**;
- 13:00 – 18:00 Godziny pracy bezpłatnej strefy masażu FizjoLab;
- 13:45 Spodziewany pierwszy zawodnik **KP50** na mecie;
- 14:00 Otwarcie biegów dla dzieci;
- 14:10 4, 5, 6 lat (roczniki: 2013-2015) - dystans: ok. 100 metrów;
- 14:30 7, 8, 9 lat (roczniki: 2010-2012) - dystans: ok. 250 metrów;



- 14:50 10, 11, 12 lat (roczniki: 2007-2009) - dystans: ok. 500 metrów;
- 15:15 Spodziewany pierwszy zawodnik **KP30** na mecie;
- 17:15 Zamknięcie punktu kontrolnego (PK4) zlokalizowanego w Brodnicy Dolnej wspólnego dla dystansu **UKP / KP75 / KP50 / KP30**;
- 18:00 **Zamknięcie mety dla wszystkich dystansów Wieżycy – Koszałkowie;**
- 18:30 – 19:00 Ceremonia wręczenia nagród dla Zawodników wszystkich dystansów;
- 19:00 – 22:00 Impreza kończąca zawody.