



PIERWSZY W WIELKOPOLSCE ULTRAMARATON TRAILOWY



**KOMUNIKAT STARTOWY NR 1
z dnia 18 kwietnia 2018 r.**

INFORMACJE ORGANIZACYJNE DLA ZAWODNIKÓW ULTRAMARATONU GWiNT ULTRA CROSS

I. BAZA ZAWODÓW

Baza Zawodów znajduje się będzie w Grodziskiej Hali Sportowej, ul. Żwirki i Wigury 2A w Grodzisku Wlkp.

W Bazie Zawodów mieści się:

- Biuro Zawodów
- darmowe miejsca noclegowe dla uczestników zawodów,
- węzeł sanitarny (toalety, natryski),
- depozyt.

II. START ZAWODÓW

Start zawodów dla:

- **Super GWiNT 100 mil** - Grodzisk Wlkp., Stary Rynek, 11 maja (piątek) godz. 18.00;
- **Normal GWiNT 110 km** - Wolsztyn, ul. Poznańska 1, Fala Park, 12 maja (sobota) godz. 3.00;
- **Mini GWiNT 55 km** - Nowy Tomyśl, Plac Niepodległości, 12 maja (sobota) godz. 12.00;

III. META ZAWODÓW

Meta wszystkich dystansów ultramaratonu GWiNT Ultra Cross znajduje się w Grodzisku Wlkp., Park Miejski.

IV. PUNKTY KONTROLNO-ODŻYWCZE

Punkty Kontrolno-Odżywcze w następujących miejscach:

Super GWiNT		Normal GWiNT		Mały GWiNT	
Miejscowość	Km	Miejscowość	Km	Miejscowość	Km
Grodzisk Wlkp. - Start	0	Wolsztyn - start	0	Nowy Tomyśl - start	0
Rakoniewice	19	Kuźnica Zbąska	14	Wąsowo	17
Głodno	35	Jastrzębsko Stare	25	Porążyn	32
Wolsztyn - przepak	51	Miedzichowo	38	Lasówki	42
Kuźnica Zbąska	65	Nowy Tomyśl - przepak	55	Grodzisk Wlkp. - meta	55
Jastrzębsko Stare	76	Wąsowo	72		
Miedzichowo	89	Porążyn	87		
Nowy Tomyśl - przepak	106	Lasówki	97		
Wąsowo	123	Grodzisk Wlkp. - meta	110		
Porążyn	138				
Lasówki	148				
Grodzisk Wlkp. - meta	161				

ORGANIZATORZY:

GRODZISKI KLUB BIEGACZA
ul. Żwirki i Wigury 2A
62-065 Grodzisk Wielkopolski
tel. +48 538-106-406
www.gkb.info.pl

WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY
ul. Poznańska 1
64-200 Wolsztyn
tel. +48 603-384-913
www.wolsztynskiklubbiegowy.pl

NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2
64-300 Nowy Tomyśl
tel. +48 601-539-026
www.nkbchzy.com



PIERWSZY W WIELKOPOLSCIE ULTRAMARATON TRAILOWY



Punkty Kontrolno-Odżywcze zaopatrzone są w:

- napoje - woda, izotonik, napój typu cola, herbata, kawa
 - posiłek - owoce, krakersy, paluszki, cukier w kostkach, kabanosy
- W Rakoniewicach nie będzie kawy, herbaty i cukru w kostkach.

Na Punktach Kontrolno-Odżywczych stanowiących przepaki dla poszczególnych biegów przewidziany jest ciepły posiłek (zupa).

Na mecie dla zawodników przewidziany jest ciepły posiłek w wersji mięsnej i wegetariańskiej.

Obsada Punktu Kontrolno-Odżywczego składa się z:

- Koordynatora PK-O,
- Sędziego PK-O,
- obsługi PK-O.

Zawodnik musi mieć numer startowy przypięty w widocznym miejscu.

V. LIMITY CZASU NA PUNKTACH KONTROLNO-ODŻYWCZYCH I NA MECIE

Organizator wprowadza dla zawodników następujące limity czasu na Punktach Kontrolno - Odżywczych:

Super GWiNT 100 mil						
Miejscowość (nazwa)	Rodzaj punktu (opis)	Kilometraż od startu (km)	Czas od startu (godz.)	Kilometraż od ostatniego punktu z limitem(km)	Czas od ostatniego punktu z limitem (godz.)	Godzina limitu (data)
Grodzisk Wlkp.	Start - godz.18.00 dnia 11.05.2018	0	0	0	0	11.05.2018
Wolsztyn	Punkt Kontrolno Odżywczy / przepak	51	9	51	9	03.00 (12.05.2018)
Nowy Tomyśl	Punkt Kontrolno Odżywczy / przepak	106	18	55	9	12.00 (12.05.2018)
Lasówki	Punkt Kontrolno Odżywczy	148	25	42	7	19.00 (12.05.2018)
Grodzisk Wlkp. - park	Meta	161	27	13	2	21.00 (12.05.2018)

Normal GWiNT 110 km						
Miejscowość (nazwa)	Rodzaj punktu (opis)	Kilometraż od startu (km)	Czas od startu (godz.)	Kilometraż od ostatniego punktu z limitem(km)	Czas od ostatniego punktu z limitem (godz.)	Godzina limitu (data)
Wolsztyn	Start - godz. 03.00	0	0	0	0	12.05.2018
Nowy Tomyśl	Punkt Kontrolno Odżywczy / przepak	55	9	55	9	12.00 (12.05.2018)
Lasówki	Punkt Kontrolno Odżywczy	97	16	42	7	19.00 (12.05.2018)
Grodzisk Wlkp. - park	Meta	110	18	13	2	21.00 (12.05.2018)

ORGANIZATORZY:

GRODZISKI KLUB BIEGACZA
ul. Żwirki i Wigury 2A
62-065 Grodzisk Wielkopolski
tel. +48 538-106-406
www.gkb.info.pl

WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY
ul. Poznańska 1
64-200 Wolsztyn
tel. +48 603-384-913
www.wolsztynskiklubbiegowy.pl

NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2
64-300 Nowy Tomyśl
tel. +48 601-539-026
www.nkbchzy.com



PIERWSZY W WIELKOPOLSCE ULTRAMARATON TRAILOWY



Mini GWiNT 55 km

Miejscowość (nazwa)	Rodzaj punktu (opis)	Kilometraż od startu (km)	Czas od startu (godz.)	Kilometraż od ostatniego punktu z limitem (km)	Czas od ostatniego punktu z limitem (godz.)	Godzina limitu (data)
Nowy Tomyśl	Start godz. 12.00	-	-	-	-	12.00 (12.05.2018)
Lasówki	Punkt Kontrolno Odżywczy	42	7	42	7	19.00 (12.05.2018)
Grodzisk Wlkp. - park	Meta	55	9	13	2	21.00 (12.05.2018)

W przypadku niezmieszczenia się przez zawodnika w limicie czasu na Punkcie Kontrolno-Odżywczym objętym tym limitem, zawodnik zostaje zdyskwalifikowany i nie może kontynuować zawodów.

Zawodnik nie ma prawa kontynuować zawodów i zobowiązany jest stosować się do wskazówek Sędziego PK-O oraz Koordynatora PK-O.

VI. PRZEPAKI

Punkty przepakowe zostaną zorganizowane dla zawodników biegu Super GWiNT i GWiNT Normal. Dla zawodników biegu Mały GWiNT nie przewiduje się przepaków.

W pakietach startowych będą znajdowały się worki foliowe:

- 2 sztuki w dwóch różnych kolorach dla zawodników biegu Super GWiNT
- 1 sztuka dla zawodników biegu GWiNT Normal,

z przeznaczeniem na spakowanie depozytów na punkty przepakowe. Te same worki należy wykorzystać do pozostawienia depozytów na punktach przepakowych, które zostaną przewiezione przez organizatorów do Bazy Zawodów w Grodzisku Wlkp.

Waga depozytu nie powinna przekraczać 2 kg.

Depozyt na punkty przepakowe powinien zostać przekazany organizatorom w Bazie Zawodów:

- dla biegu Super GWiNT - w piątek 11 maja najpóźniej do godziny **17.20**,
- dla biegu GWiNT Normal - w piątek 11 maja najpóźniej do godziny **23.00**.

Zawodnicy biegu GWiNT Normal, którzy dotrą do Bazy Zawodów po godzinie 23.00, powinni zagwarantować we własnym zakresie dostarczenie organizatorom depozytów na przepaki w szczególności poprzez przekazanie ich za pośrednictwem osoby trzeciej, przesłanie za pośrednictwem kuriera.

Możliwość zostawienia organizatorom depozytów na przepaki stanowi ułatwienie organizacyjne dla zawodników. Jest to uzależnione od ich indywidualnych potrzeb. Zawodnicy nie mają obowiązku pozostawienia organizatorom depozytów i korzystania z przepaków.

VII. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE I ZALECANE

1. Wyposażenie obowiązkowe zawodników obejmuje:
 - a) latarkę czołową, (zalecana dla Mini GWiNT)
 - b) telefon komórkowy,
 - c) 0,5 litra napoju na start (bidon, bukłak),
 - d) dokument tożsamości,
 - e) kubek wielorazowego użytku.
 - f) Folia NRC

ORGANIZATORZY:

GRODZISKI KLUB BIEGACZA
ul. Żwirki i Wigury 2A
62-065 Grodzisk Wielkopolski
tel. +48 538-106-406
www.gkb.info.pl

WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY
ul. Poznańska 1
64-200 Wolsztyn
tel. +48 603-384-913
www.wolsztynskiklubbiegowy.pl

NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2
64-300 Nowy Tomyśl
tel. +48 601-539-026
www.nkbchzyz.com



PIERWSZY W WIELKOPOLSCE ULTRAMARATON TRAILOWY



g) elementy odblaskowe na odzieży

2. Wyposażenie zalecane Uczestników obejmuje:

- a) odzież chroniąca przed zimnem i deszczem,
- b) apteczkę pierwszej pomocy (zalecane wyposażenie: plastry, środki opatrunkowe, środki przeciwbólowe, bandaż elastyczny),
- c) prowiant na drogę.

ORGANIZATORZY:

GRODZISKI KLUB BIEGACZA
ul. Żwirki i Wigury 2A
62-065 Grodzisk Wielkopolski
tel. +48 538-106-406
www.gkb.info.pl

WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY
ul. Poznańska 1
64-200 Wolsztyn
tel. +48 603-384-913
www.wolsztynskiklubbiegowy.pl

NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2
64-300 Nowy Tomyśl
tel. +48 601-539-026
www.nkbchzy.com