



**23 lutego 2020**  
**Informator uczestnika**



## 23 lutego 2020

- 7:30 Otwarcie Biura Zawodów (dawne Gimnazjum nr 2 - ul. Ratuszowa 1)**
- 9:40 Wspólna rozgrzewka**
- 9:50 Oficjalne otwarcie imprezy i powitanie uczestników**
- 10:00 Bieg główny na dystansie 5 km – ul. Rynek 1**
- 10:20 Planowane przybycie pierwszego zawodnika**
- 10:30 Wydawanie posiłku regeneracyjnego**
- 11:00 Zamknięcie mety**
- 11:30 Dekoracja zawodników (Muzeum Narodowe Ziemi Przemyskiej  
- Plac płk. Berka Joselewicza 1)**

Biuro zawodów, szatnie oraz depozyt znajdować się będą w budynku  
**sali gimnastycznej dawnego Gimnazjum nr 2 ul Ratuszowa 1**

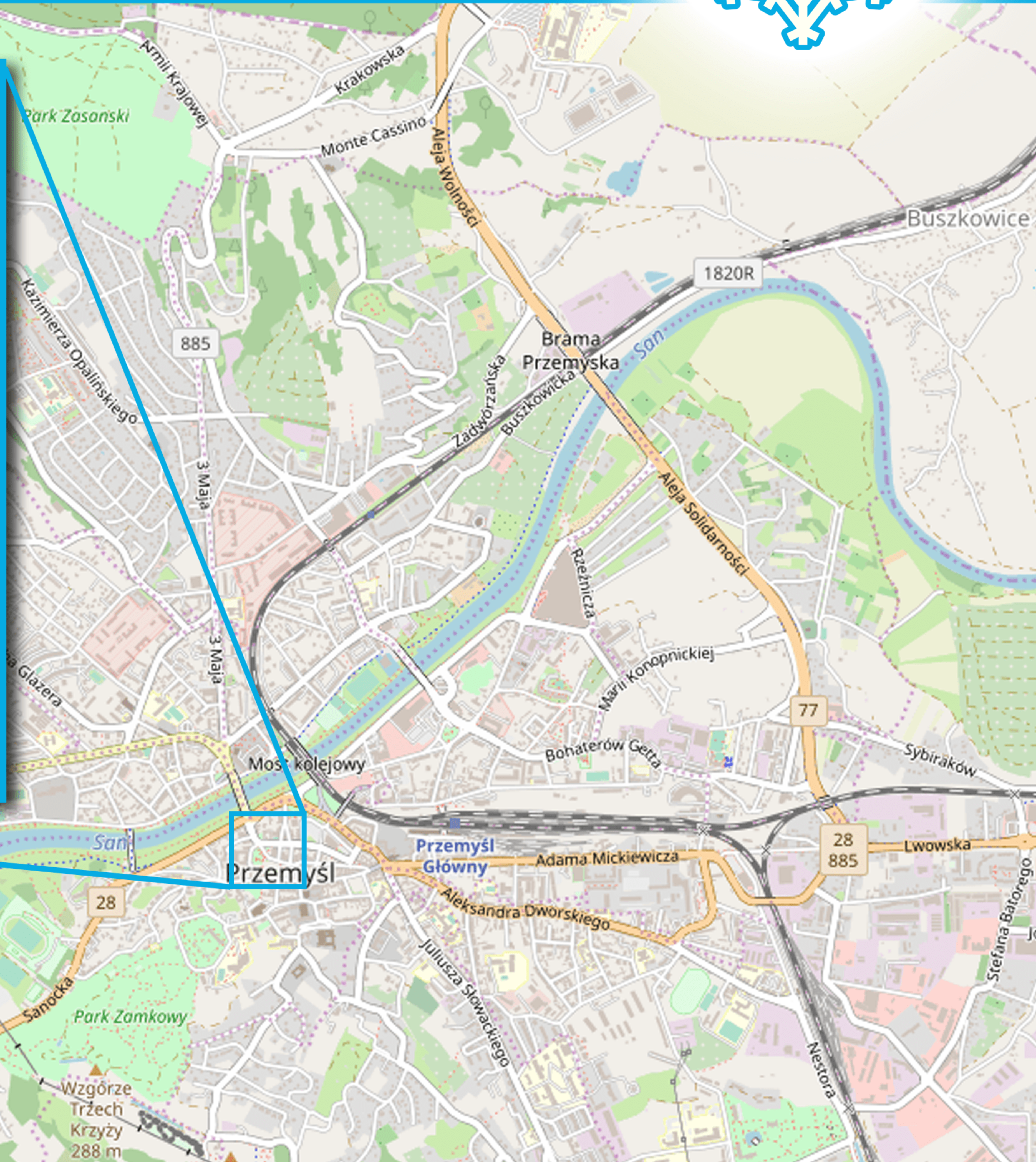
Biuro zawodów czynne będzie w niedzielę  
**23 lutego 2020 r. w godz. 7:30 – 9:30**  
a po biegu **do godz. 11:20**

Pozostawienie i odbiór depozytów odbywać się będzie  
na podstawie numeru startowego

Za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie  
organizator nie odpowiada



# Biuro zawodów oraz start i meta





# Dekoracja zawodników



DEKORACJA



META



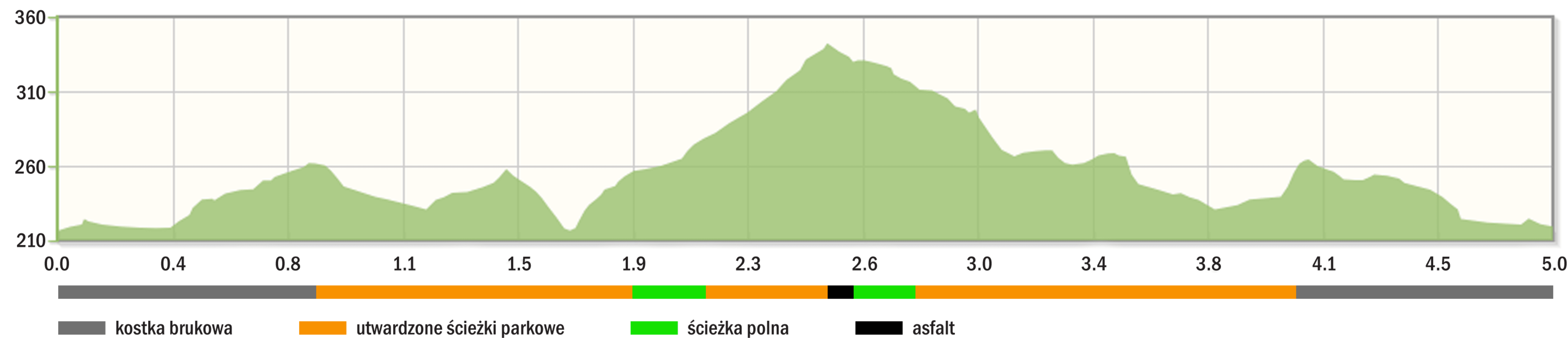


# Trasa biegu



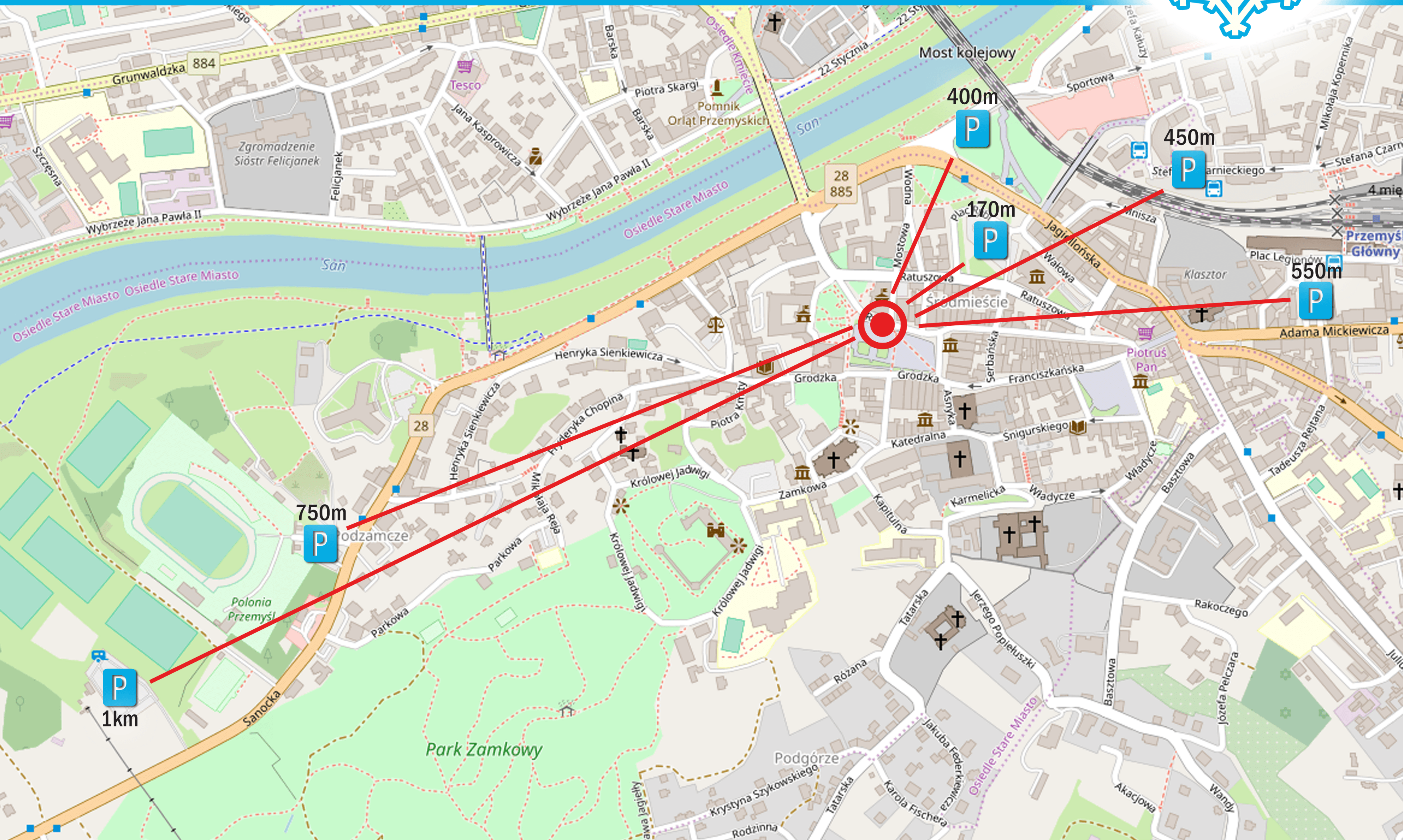
## Opis trasy:

- 1 pętla
- pofalowana (teren Parku Miejskiego i Rynek)
- nawierzchnia kamienista, brukowa, fragmentami miękka
- trasa nie posiada atestu PZLA, ale będzie oznakowana i zabezpieczona
- zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 60 minut





# Parkingi





Sponsor główny



*Polskie Górnictwo Naftowe  
i Gazownictwo SA*





Ministerstwo  
Sportu



# Uwagi końcowe



Jeżeli chcesz, żeby ktoś inny odebrał za Ciebie pakiet startowy, musi posiadać **upoważnienie** do odbioru pakietu i **ksero Twojego dowodu osobistego**.

Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać **widoczne numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na piersiach** oraz **transpondery pomiarowe (chipy) wsznurowane w buta**, brak któregoś grozi dyskwalifikacją.

Klasyfikacja zawodników odbywa się na podstawie **czasu brutto** (liczonego od strzału startera)

Zawodnicy zobowiązani są do **zwrotu transponderów po biegu** lub wpłaty 20zł w przypadku zgubienia/zniszczenia transpondera.

Bieg rozegrany będzie bez względu na warunki atmosferyczne.

Wyniki dostępne będą po zakończeniu biegu na tablicach w okolicy mety oraz w biurze zawodów.

Organizator zapewnia opiekę lekarską w trakcie trwania imprezy.  
Zaleca się posiadanie aktualnych badań lekarskich.



# Zaproszenie



55KM+  
CESARSKI

**WYSZEHRADZKI**



21KM+  
FORTECZNY



- ◆ unikalna trasa szlakiem dróg fortecnych z okresu I Wojny Światowej
- ◆ dystans ultramaratoński i bieg górski
- ◆ start na pochyłym Rynku Miejskim w Przemyślu
- ◆ liczne fortyfikacje na obu dystansach
- ◆ wyjątkowe medale i niezapomniane przeżycia

start biegu

**30 maja 2020**

6.00 (55km) • 9.00 (21km)



/ultramaratontwierzdzaprzemysl

[www.ultramaratontwierzdzaprzemysl.pl](http://www.ultramaratontwierzdzaprzemysl.pl)



# Zaproszenie

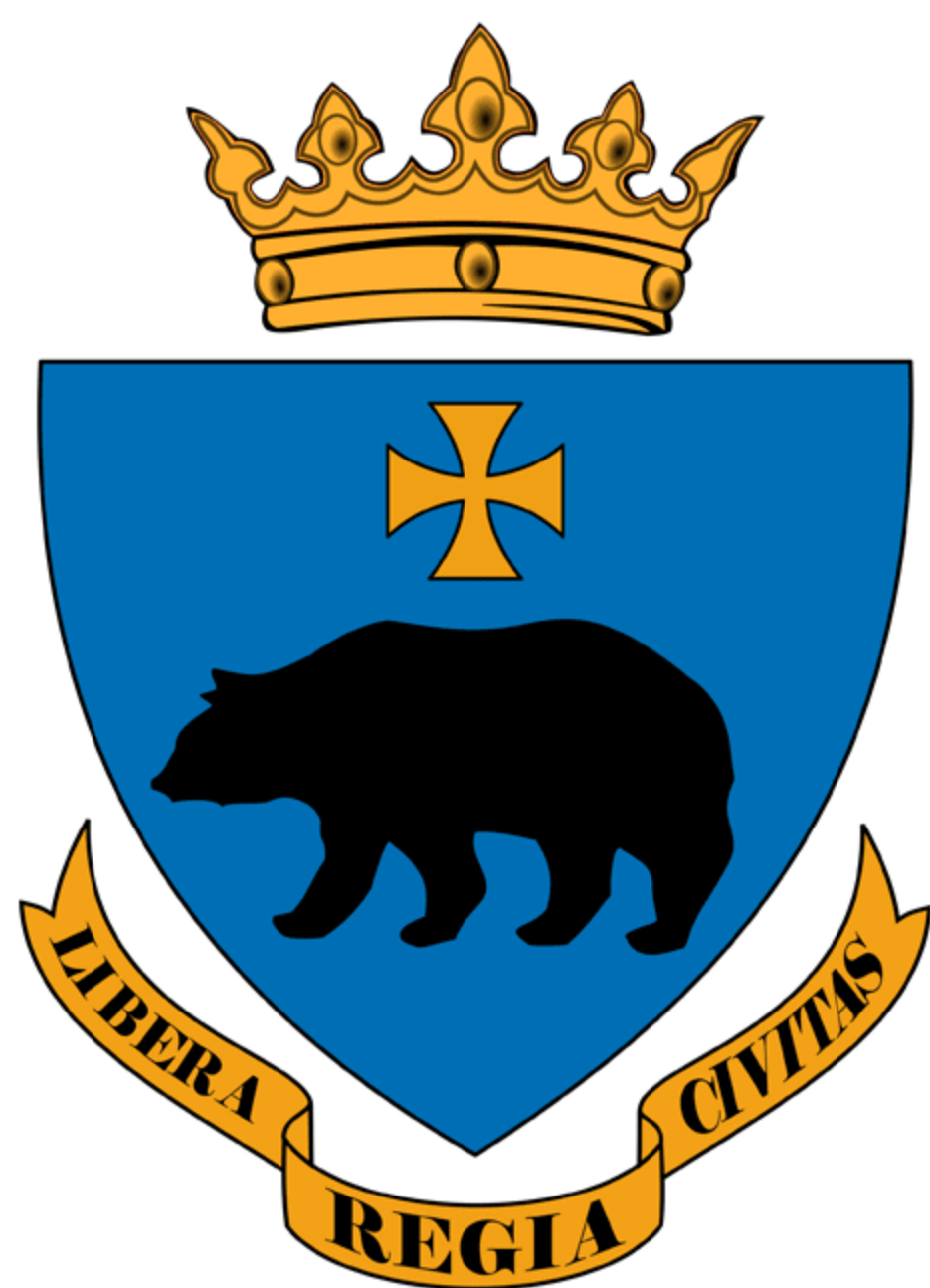


**VIII PRZEMYSKA DYCHA**  
**20 września 2020**  
**[www.przemyskadycha.pl](http://www.przemyskadycha.pl)**





# Organizatorzy i kontakt



Urząd Miasta w Przemyślu

karpackapiatka.przemyskiklubbiegacza.pl  
www.przemyskiklubbiegacza.pl  
www.facebook.com/zimowakarpackapiatka

Dyrektor zawodów  
Mieczysław Jałocha • tel. 608 511 542 • m.jalocha@poczta.onet.pl

Zastępca Dyrektora  
Daniel Dryniak • tel. 693 946 448 • danieldryniak@gmail.com

Sędzia Główny Zawodów  
Barbara Jałocha • tel. 608 511 653 • barjal@poczta.onet.pl

Koordynator biegu  
Jakub Radyk • tel. 784 107 518 • radykjakub@gmail.com

Koordynator biegu  
Robert Bal • tel. 606 333 570 • rak76@o2.pl