

РЪКОВОДСТВО ЗА БЕГАЧИ

13-15.05/2022 Г.

с. Кладница-България



„LAST MAN STANDING”

**БЕЗ ОГРАНИЧЕНИЯ ЗА ИЗМИНАТИТЕ
КИЛОМЕТРИ И НАБРАНА ПОЛОЖИТЕЛНА
ДЕНИВЕЛАЦИЯ**

Всеки състезател трябва да разпечата и попълни декларация за освобождаване от отговорност! Без предоставянето ѝ, при проверката преди старта, няма да бъде допуснат до участие!!!

<https://trailorultra.com/downloads/Declaration-BG.pdf>

ПРОГРАМА

13.05.2022 г. /петък/

- 14:00 до полунощ – организиране на базов лагер в района на Старт/Финала
- 17:00-20:00 – проверка на стартови номера и попълнена декларация за освобождаване от отговорност

14.05.2022 г. /събота/

- 08:00-09:00 – последен шанс за записване на място /без предварителна регистрация на сайта/
- 08:00-09:30 - проверка на стартови номера и попълнена декларация за освобождаване от отговорност
- 09:45-09:55 – чекиране и влизане в стартовата зона
- 09:55-09:59 – няколко думи от организаторите
- 10:00 – СТАРТ /5 минути преди всеки старт се дава звуков сигнал с мегафон, и самият старт, също се обявява с мегафон/

14-15.05.2022 г. /събота-понеделник/

- LAST MAN STANDING – Състезанието е с отворен край. Награждаването на победителя и закриване на състезанието ще се състои, след като единственият оцелял състезател направи своята последна обиколка!

ЛОГИСТИКА

Как да стигнем до Старт/Финала

С автомобил:

От София/Перник - по старото шосе свързващо двата областни града, се завива на кръстовището с бензиностанция ШЕЛ в посока с. Рударци. От там се кара по пътя за Делта Хил и/или х. Селимица/с. Кладница. Минавайки през с. Кладница, в посока хижата, на края на селото има отбивка вдясно по черен път, проходим за автомобили, обозначен с жълта алпийска маркировка за Черни връх и с. Чуйпетлюво. Тръгва се по него, следвайки маркировката, и след 850 м се излиза на голяма поляна с обособен паркинг, където е Старт/Финала.

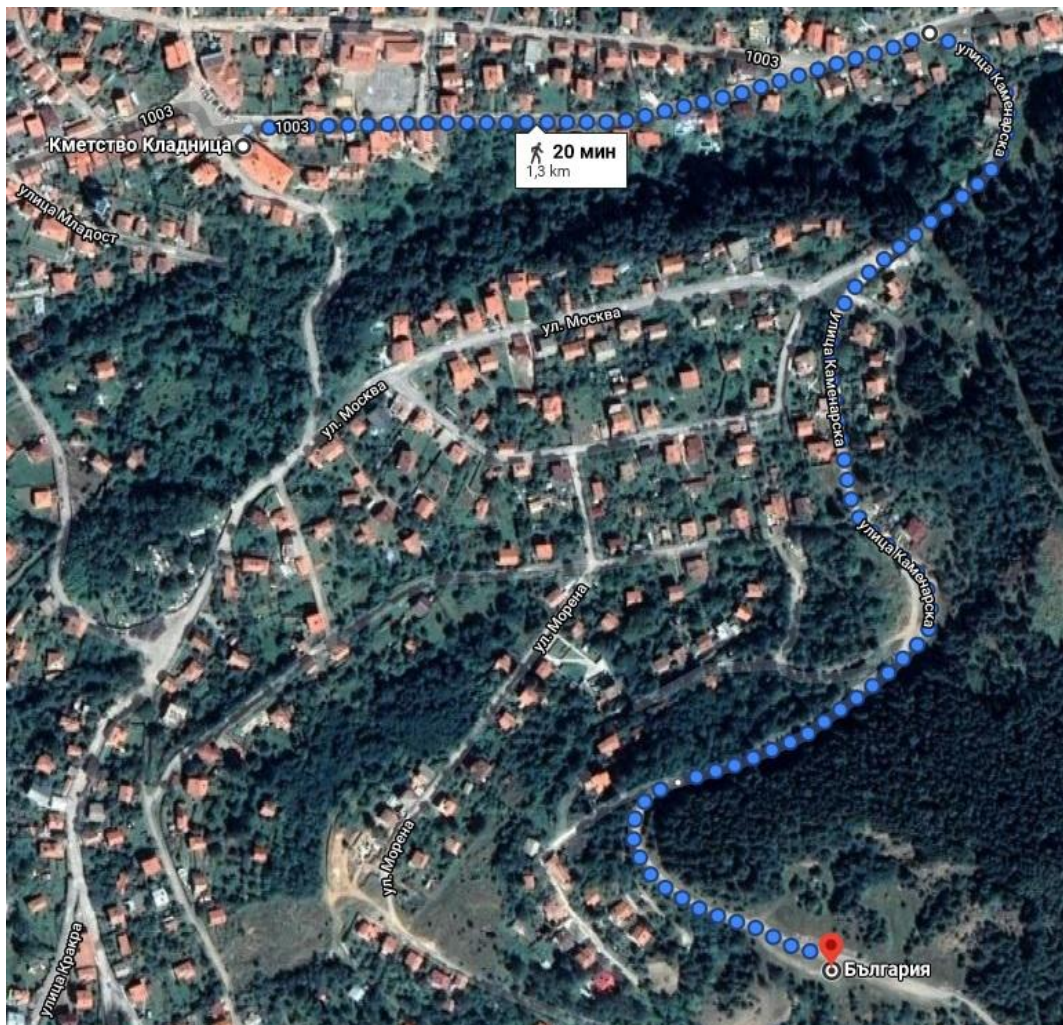


Пътя от центъра на с. Кладница!



С маршрутката:

Тръгва от Руски паметник на всеки кръгъл час, като най-ранната е в 6:00 часа. От Кладница тръгва сутринта в 5:20 и след това отново на всеки кръгъл час. В Кладница маршрутката спира в центъра на селото /площада пред кметството/ и от там до старта са 1300 м.

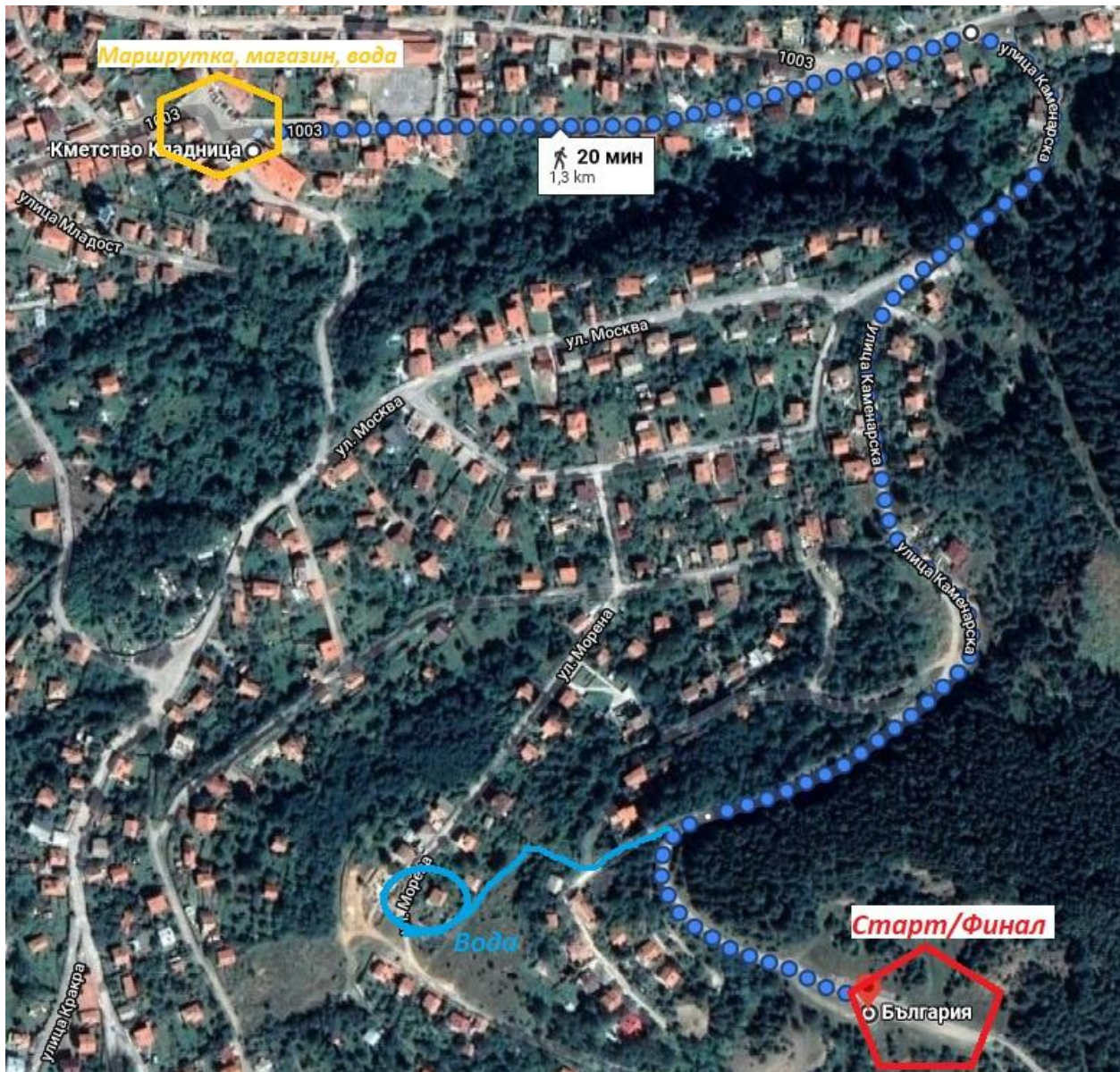


От площада най-бързо се стига до Старт/Финала, като се мине по пътя, както е показано на снимката със сините точки.

Със спокоен ход разстоянието се взема за около двадесет минути.

Организиране на подкрепителен пункт

В района на Старт/Финала има възможност за палатков лагер и паркиране на автомобили. Все пак, добрите места близо до стартовата арена са ограничени и пристигналите първи, ще си изберат най-подходящите за организиране на лагер/подкрепителен пункт места!



ВОДА

Най-близката свободно достъпна чешма с питейна вода, се намира на 350-400 м от Старт/Финала до параклиса Св. Георги Победоносец. По трасето на RATCU има още една чешма. Тя се намира на километър и половина преди финала на всяка обиколка, след специфична брезава гора до нов

заслон. Минават се няколко реки и потоци с витозна вода, за които не може да бъдем сигурни дали са безопасни за пиене, въпреки, че смело пием от тях последните 10 години!

МАГАЗИН

Най-близкият магазин за хранителни стоки, се намира на площада на селото /спирката на маршрутката/ на около 1300 м от Старт/Финала.

СЪБЛЕКАЛНЯ

Съблекалня и кът за отдих, всеки участник организира самостоятелно. Наличието на собствен плик за боклук е повече от задължителен, както и изхвърлянето в него на всички възможни продукти, плод на нашата дейност.

Т Р А С Е

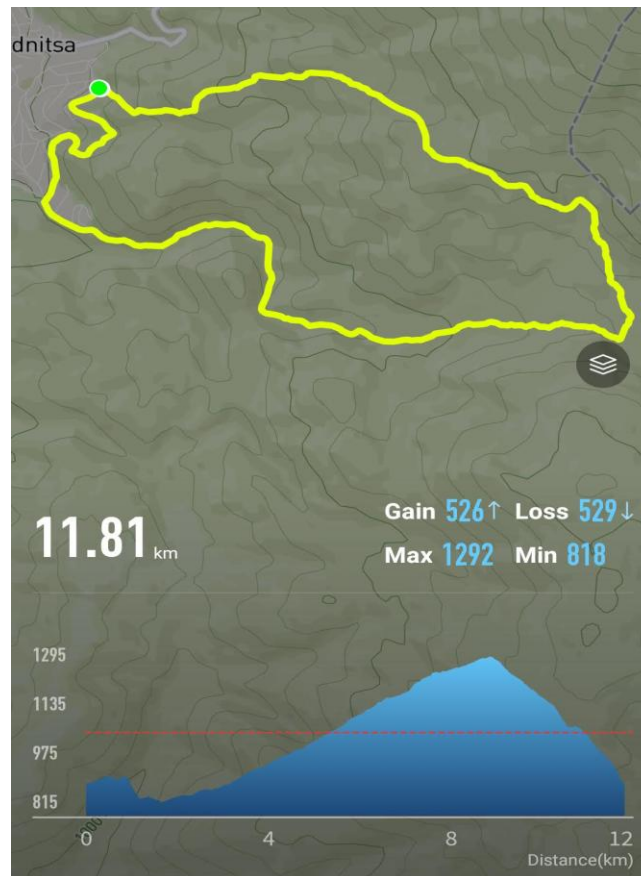
Трасето остава непроменено от 2020/21 г. с дължина от 11,5 км и Д+525 м. Може да намерите актуалния трак на сайта ни или като приложение в писмото до вас с това ръководство!

Разликата между най-ниската и висока точка от трасето е 472 м.

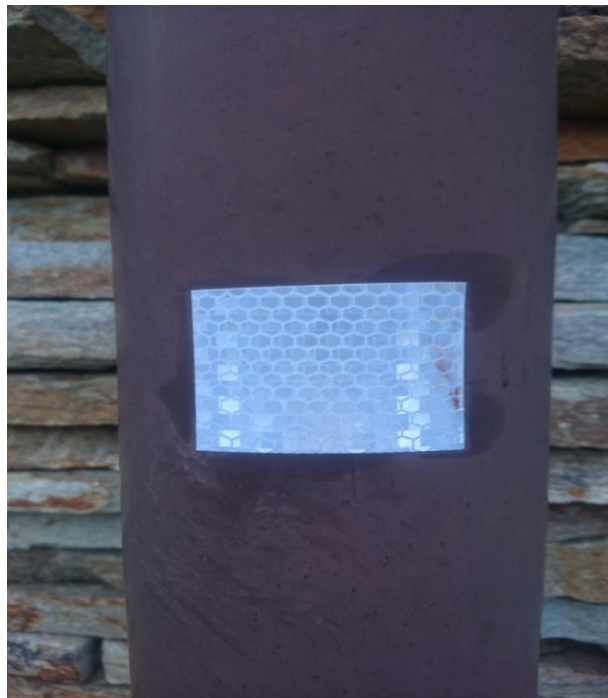
Участъците с равен терен, изкачване и спускане са разпределени приблизително така:

- Равно: 1500 м
- Изкачване: 6600 м
- Спускане: 3400 м

Цялото трасе е чисто и предразполага към дълго и приятно бягане. Има две прекосявания на по-пълноводни реки, където вляво от бродата има мостчета, за тези които предпочитат да не се мокрят ;-)



Маркировката ще е временна и представлява червено-бяла лента със светлоотразителен бял елемент на края. На ключови места, за нощните етапи, ще има самостоятелни бели светлоотразителни елементи с правоъгълна форма.



ПРАВИЛА

Целта на всеки участник в RATCU е да пробяга, колкото се може повече обиколки по кръгово трасе /11,5км, Д+525м/ с пресечен терен в рамките на 2 /два/ часа за всяка обиколка. Всички участници стартират едновременно с масов старт първата обиколка и след това „ОЦЕЛЕЛИТЕ“ всяка следваща обиколка отново заедно с масов старт, точно два часа след старта на предходната обиколка. „ОЦЕЛЕЛИТЕ“ са всички тези бегачи, които са успели да пробягат съответната обиколка в рамките на два часа. Ако някой не се включи в cutoff-а от 2 часа, на която и да е обиколка, и/или не стартира заедно с другите точно на втория час от предходния старт, следва незабавна дисквалификация и отпада от класирането.

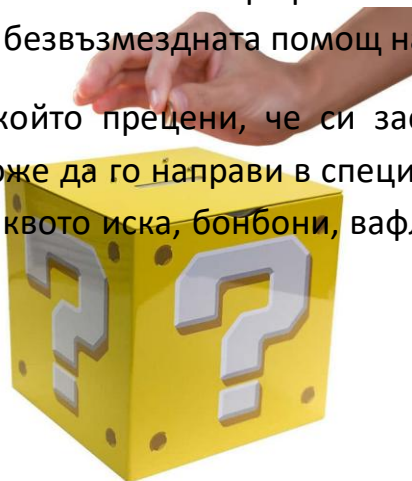
Победител е този бегач, който успее да завърши в рамките на контролното време за обиколка /два часа/, кумулативно една обиколка повече от всички други участници. Ако двама или повече участници завършат в рамките на контролното време еднакъв брой обиколки, не се излъчва победител!

По трасето на RATCU не се толерира, каквато и да е външна помощ, освен в зоната на Старт/Финала. **Използването на щеки е разрешено!** При установяване на външна помощ, следва незабавна дисквалификация.

RATCU продължава до тогава, докато по трасето има участник успяващ да пробяга обиколката в рамките на контролното време от два часа.

RATCU 2022 е бесплатно и непрофесионално събитие организирано изцяло от сем. Галови с безвъзмездната помощ на ултра-приятели!

Всеки участник, който прецени, че си заслужава да ни подкрепи и формата му харесва, може да го направи в специалната кутия на старта, като в нея може да пуска, каквото иска, бонбони, вафли, баклави и т.н стига да са еко, био.... ;-)



Всеки участник трябва да се погрижи за своята храна, хидратация и зона за почивка на Старт/Финала.

Всеки бегач участва в RATCU на своя отговорност! Наличието на застраховка, покриваща активности в планината, е силно препоръчителна. При възникване на инцидент трябва да се позвъни на спешния тел. 112 или потърси директно съдействието на ПСС 1470.

Препоръчваме инсталиране на всеки мобилен телефон на [приложението на ПСС за бързо локализиране и комуникация със спасителите](#) при евентуален инцидент!

Задължителна екипировка

- Мобилен телефон
- Челник – за етапите в периода от 20:00-06:00 часа включително
- Вода – 500 мл
- Енергиен бар или гел – 1 бр.
- Яке/мембрана, при лошо време и за етапите в периода от 20:00-06:00 часа включително

ПРОГНОЗА ЗА ВРЕМЕТО

Времето ще бъде преобладаващо с изключения на отделни места, но при всички положения приятно за бягане и веселие с приятели.

[Може да я следите тук с едно на ум ;-\)](#)



За повече подробности се запознайте с информацията публикувана на сайта ни: www.trailorultra.com

Актуална информация преди и по време на самото събитие, може да получавате от нашата фейсбук страница: <https://www.facebook.com/TrailOrUltra/>

Тел. за връзка с организаторите 0893322700/11

„И нема се пуашите, Вие беганъето си го знаете”

