

Čergovský umirak 2024 – Propozície a informácie

Formát preteku

Čergovský umirak je amatérsky horský beh určený predovšetkým ľuďom, ktorí milujú beh v prírode a chcú si zmerať svoje sily s náročnou traťou, poprípade aj s inými bežcami.

Beží sa v dolinách a hrebeňom pohoria Čergov.

Beh je určený trénovaným bežcom s chuťou na netradičnú trať v horskom teréne.

Trať vedie po turisticky značenom chodníku.

Termín

Sobota 29. jún 2024

Dĺžka trate

30km ±1km

Prevýšenie

cca 1000 m.

Štartovné

25,- €

Kategórie

Muži

Ženy

Prezentácia

Sobota 29. jún 2024

07.30 – 08.30 hod.

Chata [Ride pub](#) Drienica 553

[Mapa link](#)

Časový harmonogram

Prezentácia od 7.30 – 8.30 hod.

Predštartový brífing: 8.30 hod. – povinná účasť všetkých pretekárov

Štart preteku: 9.00 hod.

Očakávaný prvý pretekár v cieľi cca: 12.00 hod.

Vyhlásenie výsledkov: po dobehnutí posledných pretekárov.

Predpokladaný čas ukončenia preteku: cca 15.00 hod.

Registrácia, prihlasovanie a platba

Registrácia

1. február 2024 - 31. máj 2024

Prihlasovanie na pretek prebieha tomto odkaze: zasrun.sk/preteky/181/prihlaska

Štartovné

25,- €

Úhrada štartovného poplatku

Vopred online prevodom na účet.

Email s inštrukciami k úhrade Vám bude zaslaný po registrácii na portáli zasrun.sk.

V prípade, že Vám email nebude doručený skontrolujte si priečinok s nevyžiadanou poštou, poprípade kontaktujte: info@zasrun.sk, 0948 885 493

Štartovné uhradte prosím najneskôr do 31. mája 2024.

Po úhrade štartovného a následnom odhlásení sa z preteku si organizátor nárokuje na 50% z ceny štartovného.

Štartová listina

bude zverejnená spolu s informáciou o úhrade štartovného na [stranke preteku](#) na portáli zasrun.sk

Počet pretekárov

limitovaný na maximálne 50 účastníkov

Lekárska pomoc

zabezpečuje Horská služba Čergov

Trat'

Štart a cieľ pretekov je pred chatou Ride pub. Dĺžka trate je 30 km ±1 km

Trasa pretekov je vedená výlučne po turisticky značenom chodníku. Povrch trate je prevažne lesný chodník striedaný asfaltovou cestou, viac krát prechod cez potok (odporúčaná trailová obuv). Prevýšenie trate je cca 1000 m. Pretek sa uskutoční za každého počasia.

Mapa

[gpx záznam](#), link na [mapy.cz](#), mapa na [Zasrun.sk](#)

Usporiadateľ si vyhradzuje právo na zmeny trasy o ktorých bude informovať najneskôr na brífingu pred pretekom.

Podmienky účasti

Nakoľko sa jedná o horský beh v dĺžke 30 km ± 1 km a prevýšením cca 1000 m, je beh určený len trénovaným bežcom. Každý pretekár sa zúčastňuje akcia na vlastné riziko.

Povinná výbava na štarte a počas celého preteku

- nabitý mobilný telefón

Ak sa na trati vyskytne problém, prípadne by ste sa stratili a potrebovali pomoc volajte na kontaktné číslo na Horskú službu Čergov (bude doplnené na rannom brífingu pred pretekom), ktorá sa podieľa na zabezpečovaní bezpečnosti pretekárov na trase preteku.

- Min. 0,5l fľaša na vodu kvôli charakteru preteku a možným vysokým teplotám v danom ročnom období.

- Alufólia - v prípade nepriaznivého počasia

Občerstvenie

Občerstvenie je zabezpečené na štarte a v cieľi preteku.

Občerstvovacie stanice

na cca 10 km – Občerstvovacia stanica I. - dolina Tokárne

na cca 18 km – Občerstvovacia stanica II. - chata Čergov

Po preteku je pre pretekárov pripravený teplý obed.

Upozornenie

- každý pretekár je povinný sa oboznámiť s traťou pred pretekom na spoločnom brífingu. Čas stretnutia 8.30 hod. (Chata Ride pub). Základy orientácie na turistických chodníkoch výhoda. Úseky s horším označením budú doplnené o orientačné body.

- všetci účastníci sú povinní zabezpečiť si individuálne zdravotné poistenie, mať pri sebe preukaz poistenca. Organizátor nepreberá zodpovednosť za škody na majetku, alebo na zdraví súvisiace s cestou, pobytom a s účasťou pretekárov na podujatí. Pretekári štartujú na vlastné riziko a sú povinní dodržiavať pokyny organizátora.

Rodinný príslušníci

Kto má chuť, je samozrejme vítaný s rodinou. Na chate Ride Pub je možnosť stravovania a v blízkosti je ihrisko pre deti. Drienica je rekreačné stredisko, takže možnosť turistiky prípadne ísť oproti bežcom je samozrejmosť.

Usporiadatelia

Marián Gargalovič

Ondrej Janiga

Slavomír Uličný

Kontakt

0907 231 477

0905 871 594

cergov.umirak@gmail.com

Tešíme sa na vás na preteku.