

Gorce Ultra-Trail Winter 2020. Bieganie zimą – sport dla każdego!

Zimą zakochaj się w Gorcach – tak brzmi hasło tegorocznego wydarzenia. Aby ułatwić to zakochanie również początkującym biegaczom zapraszamy na nowy, krótszy dystans, przygotowany z myślą o debiutantach. Będzie to 10 km czyli DYSZKA-ZADYSZKA. Zadyszka, bo trochę zmęczyć się trzeba będzie...

22 lutego 2020 roku Ochotnica Górna po raz drugi przywita zawodników zimowej edycji biegu **Gorce Ultra-Trail WINTER**. Śmiałków chętnych na zmierzenie się z górami zimą jest coraz więcej, dlatego w tym roku organizatorzy GUT przygotowali aż trzy trasy. Pierwsza – na Lubań – o długości ok 24 km będzie bardzo podobna do ubiegłorocznej, druga jest zdecydowanie dłuższa, z myślą o pasjonatach i doświadczonych biegaczach, gotowych na 42 km i 2000 m przewyższenia. Trzecia trasa to wspomniana Dyszka-Zadyszka, umiarkowanie wymagające 10 km na zachętę do spotkania z górami. O pięknie Gorców i malowniczości gorczańskich panoram przekonali się już uczestnicy letnich edycji, Organizatorzy przypominają jednak, że w zimie to piękno będzie połączone z niemałym wyzwaniem. Już samo poruszanie się w śniegu jest niecodziennym przeżyciem, wymagającym innej techniki ruchu, dając w zamian niesamowitą przyjemność. Dodatkowa zmienna to temperatura, która zobowiązuje biegaczy do uważnego przygotowania stroju i sprzętu obowiązkowego. Przydadzą się solidne buty, wodoodporne skarpetki, stuptuty i wodoodporne rękawice. Zima ma swoje prawa!:)

„Trasy GUT Winter wyznaczyliśmy z myślą o dwóch elementach – pięknych widokach i dostatku śniegu. Zawodnicy wystartują z Ochotnicy Górnej, skręcając po ok 2 km w stromy podbieg na Studzionki. Droga na Studzionki to solidne wyzwanie – 250 m

przewyższenia na odcinku niewiele dłuższym niż kilometr! Dalej będzie zdecydowanie łagodniej, przynajmniej na **trasie 24 km**. Zawodnicy krótszego dystansu pobiegną głównym grzbietem na Lubań i powrócą prawie tą samą drogą. Nowością będzie zbieg drogą przez „jeziorka” prosto do centrum Ochotnicy Górnej. Zawodnicy **dystansu 42 km** będą mieli dodatkowo do pokonania dwa solidne podejścia na pasmo Lubania. Po wbiegnięciu na Studzionki i pięknej trasie grzbietem Lubania z panoramą Tatr skręca z czerwonego szlaku na żółty i zbiegną do Mizernej, skąd po trawersie Rezerwatu Modrzewi trasa poprowadzi ich niebieskim szlakiem od góry Wdżar na Lubań. Następnie po zbiegu do Ochotnicy Dolnej i krótkim odcinku główną drogą zaczną się wspinać potokiem Kudowe i zielonym szlakiem, a potem zboczą na wąskie ścieżki poza oficjalnymi trasami PTTK, aż do grzbietu Lubania. Tam od połączenia ze szlakiem czerwonym dołączają do zawodników z dystansu 24 km, zbiegając przez „jeziorka” do Ochotnicy Górnej. Trasa 10-cio km – ZADYSZKI – po wejściu na Studzionki poprowadzi biegaczy kilka kilometrów w stronę Lubania czerwonym szlakiem, a potem ostro skręci w dół piękną drogą przez ośnieżony las prosto na metę.

Stęsknionym prawdziwej zimy i śniegu wrażeń nie zabraknie, ponieważ prawie cała trasa przebiega na wysokości ponad 1000m n.p.m. Z wielu miejsc będzie widać majestatyczne Tatry oraz pasmo Gorca, Pieniny, Beskid Sądecki i Wyspowy – nie przypadkiem Lubań już od XIX wieku słynie z najpiękniejszych widoków w całych Beskidach. Bazą zimowych zawodów będzie Ochotnica Górna, królestwo zimy w Gorcach. Biuro Zawodów oraz dekoracje odbędą się w Wiejskim Ośrodku Kultury, a start i meta biegów na placu kościelnym nad rzeką Ochotnica.

Na mecie będzie czekało ognisko, posiłek regeneracyjny, gorące napoje i przede wszystkim – pamiątkowy medal.

Kto podejmie wyzwanie? Tej zimy szczególnie warto!

Harmonogram wydarzeń:

21.02.2020, piątek

Biuro Zawodów w piątek 21.02 działa w godz.: 18.00-22.00,
Wiejski Ośrodek Kultury Ochotnica Górna

22.02.2020, sobota

06.00 – 06.30 Biuro Zawodów “very last minute” dla dystansu 42
km, WOK Ochotnica Górna

06.30 – 06.55 weryfikacja wyposażenia obowiązkowego przed
wejściem do strefy startowej dla dystansu 42 km

07:00 start dystansu 42 km

07.30 – 9.00 Biuro Zawodów “very last minute” dla dystansu
24 i 10 km

09:00 start dystansu 24 km

09.30 start dystansu 10 km

12.00 limit czasu dystansu 10 km

15:00 limit czasu dystansu 24 km

18:00 limit czasu dystansu 42 km

19.00 Dekoracje zwycięzców i integracja, Wiejski Ośrodek
Kultury, Ochotnica Górna

Opłata startowa za bieg wynosi:

Dystans 10 km

– stawka podstawowa – 80 zł

– stawka w biurze zawodów – 100 z

Dystans 24 km

– stawka podstawowa – 145 zł

– stawka w biurze zawodów – 160 zł

Dystans 45 km

– stawka podstawowa – 220 zł

– stawka w biurze zawodów – 260 zł

Dla mieszkańców gminy Ochotnic Dolnej przewidziany jest rabat
20% do wykorzystania podczas zapisu on-line. Aby uzyskać kod
rabatowy, wystarczy do 31 stycznia napisać na adres:
kontakt@gorceultratrail.com

Informacje

i

zapisy:

<https://www.gorceultratrail.com/pl/zgloszenia-gut-winter/>

Partnerzy

Gospodarz wydarzenia: Gmina Ochotnica Dolna

Partnerzy: Garmin, Browar Podgórz, Restauracja OCH, GOPR, OSP Ochotnica Górna, OSP Ochotnica Dolna, Lasy Państwowe

REALIZACJA:

Fundacja Run Vegan

media i akredytacje: media@runvegan.pl I uczestnicy:
kontakt@gorceultratrail.com

tel.: +48 507 006 851; www.runvegan.pl www.gorceultratrail.com