



DRUGO POJEDINAČNO PRVENSTVO HRVATSKE U ULTRAMARATONU NA 100km

Zagreb, 03.05.2014. (subota), start u 9:00

Organizator: ATLETSKI KLUB SLJEME

STAZA: Savski nasip, jedan krug dužine 5km. Start pored mosta Slobode, završetak Trnjanske ceste, kod kluba Močvara. Podloga čvrsti makadam, označen svaki kilometar u krugu, staza osvijetljena i nakon što padne mrak.

VREMENSKI LIMIT: 12 sati

STARTNINA: 150kn. Uključuje nastup u trci, okrepu i masažu tijekom svih 12 sati, finišersku medalju, učesničku majicu, ručak, organizaciju natjecanja i nagradni fond.

OKREPA: Organizator će u unaprijed određenom prostoru osigurati službenu okrepnu stanicu i na nju postaviti sljedeću okrepu: vodu, isotonik, sokove, banane, limun, šećer, napolitanke, čokolade i kekse. Sve više od toga natjecatelji si moraju sami pripremiti i postaviti na individualnoj okrepnoj stanici, koja će biti unaprijed određena i u blizini službene. Početak i kraj okrepne stanice će biti označen, jer uzimanje (i dodavanje) okrepe izvan okrepnih stanica je zabranjeno. U zoni okrepnih stanica natjecateljima mogu okrepu dodavati samo osobe koje je natjecatelj prethodno prijavio.

PRATNJA: Zabranjeno je pratiti natjecatelje s bilo kakvim vozilom, kao i davati trkačku podršku od strane osoba koje nisu u trci.

MASAŽA: Organizator će osigurati i masersku službu u drugoj polovici trke (nakon 14:00 sati).

NAGRADE: Troje prvoplasiranih u muškoj i ženskoj konkurenciji nagrađuju se medaljama Hrvatskog Atletskog Saveza. Finišersku medalju će dobiti svi koji završe 100km u vremenskom limitu (12 sati).

PRIJAVE ZA PRVENSTVO HRVATSKE: Najkasnije do srijede (30.04.) do 24:00 prijavnicom HAS-a na mail adresu organizatora (tergatjanko@gmail.com) i obavezno na adresu HAS-a (has@has.hr).

TEHNIČKI SASTANAK: U prostorijama AK SLJEME, [Trnjanska 87](#), od 8:00.

INFORMACIJE: Dragan Janković, 091-503-2734