

**WYŚCIG UPHILL AMATORÓW**

**23 września 2023 godz. 14.30**

**Regulamin uczestnictwa**

**Wymagania:**

* dobry stan zdrowia i odpowiednie przygotowanie kondycyjne
* odpowiedni ekwipunek kolarski, w tym kask rowerowy
* nie są wskazane cienkie opony szosowe
* wiek bez ograniczeń
* uczestnicy są świadomi ryzyka i trudności czekających na trasie i jadą

na własne ryzyko.

**Kategorie wiekowe dla pań i panów:**

* dziewczęta do 18 roku życia - junior K
* panie od 18 lat - elita K
* chłopcy do 18 roku życia - junior M
* panowie od 18 lat - elita M

**Trasa**

* odcinek o długości ok. 1,5 km, od poziomu jez. Lubniewsko 47m n.p.m. na szczyt Lubniewki 142 m n.p.m. (ok. wieży widokowej)
* Suma podjazdów - 100m.
* większość droga szutrowa
* pozostałe odcinki - dukty leśne (droga gruntowa)
* Trasa średnio trudna technicznie o nachyleniu zmiennym, średnio 9%.

Po przyjeździe z tras turystycznych i wyścigu szosowego, ok. godz. 14, 30, chętni do wyścigu zgłaszają się na mecie (polana Uroczysko) do organizatorów i wpisują na listę startową. Następnie z sędziami udają się rowerami na miejsce startu, poznając trasę (wtedy można kierować pytania odnośnie przebiegu trasy). Nie przewiduje się specjalnego oznakowania trasy. Start indywidualnie, w równych odstępach czasowych, wg. przydzielonej numeracji podczas wyścigu.

**NIE WOLNO ZAJEŻDŻAĆ, BLOKOWAĆ PRZEJAZDU JADĄCYM SZYBCIEJ**  
pod karą dyskwalifikacji, osoba wyprzedzana powinna zjechać na prawą stronę drogi

**Świadczenia i nagrody:**

Wszyscy zawodnicy otrzymują świadczenia na zasadach ogólnych, jako uczestnicy Zjazdu Cyklistów

Puchary za I miejsce w klasyfikacji „open’’ i medale za I, II i III miejsce w kategoriach wiekowych, oraz nagrody rzeczowe.