



# PIERWSZY W WIELKOPOLSCE ULTRAMARATON TRAILOWY



**KOMUNIKAT STARTOWY  
z dnia 14 kwietnia 2024 r.**

## **INFORMACJE ORGANIZACYJNE DLA ZAWODNIKÓW ULTRAMARATONU GWiNT ULTRA CROSS**

### **I. BAZA ZAWODÓW**

Baza Zawodów znajduje się w hali sportowej Zespołu Szkół nr 1, ul. Tysiąclecia 6, Nowy Tomyśl.

W Bazie Zawodów mieści się:

- Biuro Zawodów, otwarte:
  - 19.04.2024 w godzinach:
    - 16:00 – 18:00 **tylko dla dystansów SUPER i NORMAL**
    - 18:00 -20:00 - wszystkie dystanse
  - 20.04.2024 od 00:00 – 2:00 i od 9:00 - 14:00
- węzeł sanitarny (toalety, prysznice)
- depozyt.
- udostępniamy możliwość bezpłatnego noclegu w salach lekcyjnych (przed i po biegu). Nie zapewniamy materacy, śpiworów itp.

Aby odebrać pakiet startowy za innego zawodnika należy dostarczyć do Biura Zawodów upoważnienie do odbioru pakietu (dostępne na stronie w zakładce do pobrania) oraz ksero/zdjęcie dowodu zawodnika - do wglądu.

### **II. START ZAWODÓW**

Start zawodów dla:

- **Super GWiNT 100 mil** - Nowy Tomyśl, Plac Niepodległości, 19 kwietnia (piątek) godz. 18.00,
- **Normal GWiNT 110 km** - Grodzisk Wlkp., Park Miejski, 20 kwietnia (sobota) godz. 3.00, odjazd autobusów\*: 1:50 – 2:00,
- **Mini GWiNT 55 km** - Wolsztyn, ul. Poznańska 1, Fala Park, 20 kwietnia (sobota) godz. 12.00, Odjazd autobusów\*: 10:50 – 11:00,
- **Mikro GWiNT 30 km** - Jastrzębsko Stare, 20 kwietnia (sobota) godz. 15.00, odjazd autobusów\*: 13:50 – 14:00,

\*Autobusy będą podstawione na parking przy biurze zawodów.

#### **ORGANIZATORZY:**

**GRODZISKI KLUB BIEGACZA**  
ul. Żwirki i Wigury 2A  
62-065 Grodzisk Wielkopolski  
tel. +48 660-663-738  
www.gkb.info.pl

**WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY**  
ul. Poznańska 1  
64-200 Wolsztyn  
tel. +48 603-384-913  
www.wolsztynskiklubbiegowy.pl

**NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"**  
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2  
64-300 Nowy Tomyśl  
tel. +48 601-539-026  
www.nkbchzyzy.com



# PIERWSZY W WIELKOPOLSCE ULTRAMARATON TRAILOWY



## III. META ZAWODÓW

Meta wszystkich dystansów ultramaratonu Gwint Ultra Cross znajduje się w Nowym Tomyslu, Plac Niepodległości.

## IV. PUNKTY KONTROLNO-ODŻYWCZE

### PUNKTY KONTROLNO-ODŻYWCZE

Super Gwint		Normal Gwint		Mini Gwint		Mikro Gwint	
Miejscowość	km	Miejscowość	km	Miejscowość	km	Miejscowość	km
Nowy Tomyśl – start	0	Grodzisk Wlkp. – start	0	Wolsztyn – start	0	Jastrzębsko Stare - start	0
Wąsowo	16	Rakoniewice	21	Kuźnica Zbąska	14	Miedzichowo	13
Porążyn	31	Głodno	37	Jastrzębsko Stare	25	Nowy Tomyśl - meta	30
Lasówki	40	<u>Wolsztyn - przepak</u>	55	Miedzichowo	38		
<u>Grodzisk Wlkp. – przepak</u>	55	Kuźnica Zbąska	69	<u>Nowy Tomyśl – meta</u>	55		
Rakoniewice	76	Jastrzębsko Stare	80				
Głodno	92	Miedzichowo	93				
<u>Wolsztyn – przepak</u>	110	<u>Nowy Tomyśl – meta</u>	110				
Kuźnica Zbąska	124						
Jastrzębsko Stare	135						
Miedzichowo	148						
<u>Nowy Tomyśl – meta</u>	165						

Punkty Kontrolno-Odżywcze zaopatrzone są w:

- napoje - woda, izotonik, napój typu cola. itp.
- posiłek - owoce, paluszki, cukier w kostkach, kabanosy itp.

Na Punktach Kontrolno-Odżywczych stanowiących przepaki dla poszczególnych biegów przewidziany jest ciepły posiłek (zupa) oraz herbata i kawa.

Na mecie dla zawodników przewidziany jest ciepły posiłek w wersji mięsnej i wegetariańskiej.

Obsada Punktu Kontrolno-Odżywczego składa się z:

- Koordynatora PK-O,
- Sędziego PK-O,
- obsługi PK-O.

**Zawodnik musi mieć numer startowy przypięty w widocznym miejscu.**

### ORGANIZATORZY:

GRODZISKI KLUB BIEGACZA  
ul. Żwirki i Wigury 2A  
62-065 Grodzisk Wielkopolski  
tel. +48 660-663-738  
www.gkb.info.pl

WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY  
ul. Poznańska 1  
64-200 Wolsztyn  
tel. +48 603-384-913  
www.wolsztynskiklubbiegowy.pl

NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"  
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2  
64-300 Nowy Tomyśl  
tel. +48 601-539-026  
www.nkbchzyzy.com



# PIERWSZY W WIELKOPOLSCE ULTRAMARATON TRAILOWY



## V. LIMITY CZASU NA PUNKTACH KONTROLNO-ODŻYWCZYCH I NA MECIE

Organizator wprowadza dla zawodników następujące limity czasu na Punktach Kontrolno - Odżywczych:

Miejscowość	Wydarzenie	Rodzaj punktu	Godzina limitu
Nowy Tomyśl	<b>Start Super GWiNT</b>	Start	19.04.2024 <b>18:00</b>
Wąsowo		Punkt Kontrolno Odżywczy	19.04.2024 <b>20:30</b>
Porażyn		Punkt Kontrolno Odżywczy	19.04.2024 <b>23:00</b>
Lasówki		Punkt Kontrolno Odżywczy	20.04.2024 <b>1:00</b>
Grodzisk Wlkp.	<b>Start Normal GWiNT</b>	Start, Punkt Kontrolno Odżywczy – Przepak	20.04.2024 <b>3:00</b>
Rakoniewice		Punkt Kontrolno Odżywczy	20.04.2024 <b>6:30</b>
Głodno		Punkt Kontrolno Odżywczy	20.04.2024 <b>9:00</b>
Wolsztyn	<b>Start Mini GWiNT</b>	Start, Punkt Kontrolno Odżywczy – Przepak	20.04.2024 <b>12:00</b>
Kuźnica		Punkt Kontrolno Odżywczy	20.04.2024 <b>14:30</b>
Jastrzębsko	<b>Start Mikro GWiNT</b>	Start	20.04.2024 <b>15:00</b>
Jastrzębsko		Punkt Kontrolno Odżywczy	20.04.2024 <b>16:00</b>
Miedzichowo		Punkt Kontrolno Odżywczy	20.04.2024 <b>18:00</b>
Nowy Tomyśl	<b>Meta</b>	Meta biegów	20.04.2024 <b>21:00</b>

W przypadku niezmieszczenia się przez zawodnika w limicie czasu na Punkcie Kontrolno-Odżywczym objętym tym limitem, zawodnik zostaje zdyskwalifikowany i nie może kontynuować zawodów.

Zawodnik nie ma prawa kontynuować zawodów i zobowiązany jest stosować się do wskazówek Sędziego PK-O oraz Koordynatora PK-O.

## VI. PRZEPAKI

Punkty przepakowe zostaną zorganizowane dla zawodników biegu Super GWiNT i Normal GWiNT. Dla zawodników biegu Mini GWiNT i Mikro GWiNT nie przewiduje się przepaków.

W pakietach startowych będą znajdowały się worki foliowe:

- 2 sztuki w dwóch różnych kolorach dla zawodników biegu Super GWiNT - zielony do Grodziska, niebieski do Wolsztyna
- 1 sztuka dla zawodników biegu Normal GWiNT - niebieski do Wolsztyna
- Dodatkowy worek żółty do zostawienia rzeczy w depozycie Biura Zawodów. Dla zawodników wszystkich biegów.

z przeznaczeniem na spakowanie depozytów na punkty przepakowe/depozyt. Te same worki należy wykorzystać do pozostawienia depozytów na punktach przepakowych, które zostaną przewiezione przez organizatorów do Bazy Zawodów w Nowym Tomyślu.

**Waga depozytu nie powinna przekraczać 2 kg.**

Depozyt na punkty przepakowe powinien zostać przekazany organizatorom w Bazie Zawodów:

- dla biegu Super GWiNT - w piątek 19 kwietnia najpóźniej do godziny **17.30**,
- dla biegu Normal GWiNT - w sobotę 20 kwietnia najpóźniej do godziny **1.50**.

Możliwość zostawienia organizatorom depozytów na przepaki stanowi ułatwienie organizacyjne dla zawodników. Jest to uzależnione od ich indywidualnych potrzeb. Zawodnicy nie mają obowiązku pozostawienia organizatorom depozytów i korzystania z przepaków.

### ORGANIZATORZY:

GRODZISKI KLUB BIEGACZA  
ul. Żwirki i Wigury 2A  
62-065 Grodzisk Wielkopolski  
tel. +48 660-663-738  
www.gkb.info.pl

WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY  
ul. Poznańska 1  
64-200 Wolsztyn  
tel. +48 603-384-913  
www.wolsztynskiklubbiegowy.pl

NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"  
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2  
64-300 Nowy Tomyśl  
tel. +48 601-539-026  
www.nkbchzyzy.com



## PIERWSZY W WIELKOPOLSCE ULTRAMARATON TRAILOWY



### VII. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE I ZALECANE

1. Wyposażenie obowiązkowe zawodników obejmuje:
  - a) latarkę czołówkę, (Obowiązkowa dla Super GWiNT i Normal GWiNT, zalecana dla Mini GWiNT i Mikro GWiNT)
  - b) telefon komórkowy,
  - c) minimum 0,5 litra napoju na startcie (bidon, bukłak),
  - d) dokument tożsamości,
  - e) kubek wielorazowego użytku.
  - f) folia NRC
  - g) elementy odblaskowe na odzieży
2. Wyposażenie zalecane uczestników obejmuje:
  - a) odzież chroniąca przed zimnem i deszczem,
  - b) apteczkę pierwszej pomocy (zalecane wyposażenie: plastry, środki opatrunkowe, środki przeciwbólowe, bandaż elastyczny),
  - c) prowiant na drogę.

### VIII. WYCOFANIE SIĘ Z ZAWODÓW

1. Jeżeli Zawodnik wycofa się z zawodów, musi o tym poinformować organizatorów zgłaszając rezygnację w punkcie kontrolnym/odżywczym lub dzwoniąc pod numer telefonu podany na numerze startowym.
2. Po wycofaniu się nie ma możliwości dalszego uczestniczenia w zawodach lub ponownego włączenia się do rywalizacji

### IX. DOZWOLONE WSPARCIE ZAWODNIKA TRASY SUPER GWiNT (100 MIL)

#### INFORMACJE OGÓLNE

1. Ze względu na bezpieczeństwo zawodników pokonujących trasę Super GWiNT (100 mil) przewidujemy możliwość ich wsparcia przez osoby trzecie niebędące zawodnikami (tzw. osoby eskortujące).
2. Wsparcie polega na możliwości pokonania przez osobę eskortującą określonego przez organizatorów odcinka trasy Super GWiNTa w charakterze osoby towarzyszącej zawodnikowi.
3. Zadaniem osoby eskortującej jest czuwanie nad bezpieczeństwem zawodnika i monitorowanie jego stanu psychofizycznego. W przypadku zasłabnięcia zawodnika na trasie, osoba eskortująca ma obowiązek natychmiastowego powiadomienia organizatorów o tym fakcie, pozostania przy zawodniku do czasu przybycia pomocy i podjęcia niezbędnych czynności ratunkowych z zakresu pierwszej pomocy.
4. Osoba eskortująca nie może nieść wyposażenia zawodnika, w tym jego jedzenia i picia. Jeżeli fakt niedozwolonego wsparcia zostanie ujawniony, eskortowany zawodnik podlega dyskwalifikacji.
5. Organizator nie zapewnia zawodnikom wsparcia osób eskortujących. Znajduje się to w gestii zawodnika.
6. Jednemu zawodnikowi może towarzyszyć na trasie 1 osoba eskortująca.
7. Osoba eskortująca wspiera zawodnika wyłącznie na własną odpowiedzialność.
8. Osoba eskortująca nie korzysta z jedzenia i napojów stanowiących wyposażenie PK-O.

#### ORGANIZATORZY:

GRODZISKI KLUB BIEGACZA  
ul. Żwirki i Wigury 2A  
62-065 Grodzisk Wielkopolski  
tel. +48 660-663-738  
www.gkb.info.pl

WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY  
ul. Poznańska 1  
64-200 Wolsztyn  
tel. +48 603-384-913  
www.wolsztynskiklubbiegowy.pl

NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"  
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2  
64-300 Nowy Tomyśl  
tel. +48 601-539-026  
www.nkbchzyzy.com



## PIERWSZY W WIELKOPOLSCE ULTRAMARATON TRAILOWY



### PUNKTY LEGALNEGO WSPARCIA

9. Osoby eskortujące mogą wspierać zawodników wyłącznie od następujących Punktów Kontrolno-Odżywczych:

- PK-O w Jastrzębsku Starym (około 30 km do mety w Nowym Tomyślu),
- PK-O w Miedzichowie (17 km do mety w Nowym Tomyślu).

10. Organizator nie zapewnia dowozu osób eskortujących na Punkty Kontrolno-Odżywcze. Zapewnienie transportu i logistyki znajduje się wyłącznie w gestii osób eskortujących.

### PROCEDURA ZGŁOSZENIA OSOBY ESKORTUJĄCEJ

11. Osoba zamierzająca eskortować zawodnika ma obowiązek zgłosić ten fakt Koordynatorowi PK-O. W tym celu:

a) wpisuje się na listę znajdującą się u Koordynatora PK-O podając:

- imię i nazwisko i nr telefonu kontaktowego,
- imię i nazwisko oraz numer startowy zawodnika wspieranego,

b) podpisuje oświadczenia o stanie zdrowia i o eskortowaniu zawodnika na własną odpowiedzialność. (oświadczenie dostępne na stronie [ultragwint.pl](http://ultragwint.pl))

### ORGANIZATORZY:

**GRODZISKI KLUB BIEGACZA**  
ul. Żwirki i Wigury 2A  
62-065 Grodzisk Wielkopolski  
tel. +48 660-663-738  
[www.gkb.info.pl](http://www.gkb.info.pl)

**WOLSZTYŃSKI KLUB BIEGOWY**  
ul. Poznańska 1  
64-200 Wolsztyn  
tel. +48 603-384-913  
[www.wolsztynskiclubbiegowy.pl](http://www.wolsztynskiclubbiegowy.pl)

**NOWOTOMYSKI KLUB BIEGACZA "CHYŻY"**  
Stary Tomyśl, os. Radosne 5/2  
64-300 Nowy Tomyśl  
tel. +48 601-539-026  
[www.nkbchzyz.com](http://www.nkbchzyz.com)