

# RACE BOOK



**GÓRY IZERSKIE** 9 października 2022

[www.gravelrace.pl](http://www.gravelrace.pl)



Zawody **Garmin Gravel Race** w samym sercu Gór Izerskich to propozycja dla wszystkich spragnionych kolarskich wyzwań w pięknych okolicznościach przyrody. Tajemnicze Góry Izerskie mają do zaoferowania wszystko co jest niezbędne do przeżycia znakomitej sportowej przygody.

Zawody Garmin Gravel Race odbędą się 9 października 2022, a start i meta wyścigu zlokalizowane będą w Świeradowie-Zdroju.

Na amatorów wyścigów w terenie przygotowaliśmy dwa dystanse: Adventure ok. 30 km oraz Expedition ok. 65 km.

Wyścig zostanie przeprowadzony po wytyczonych trasach prowadzących przez Góry Izerskie.



Marcin Florek  
Prezes Labosport Polska

Witajcie na drugiej edycji Garmin Gravel Race!

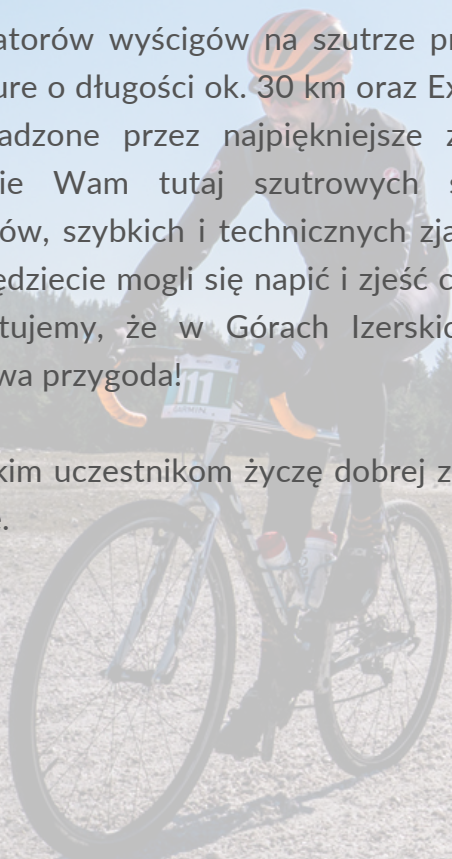
Już 9 października 2022 roku widzimy się na drugiej odsłonie zawodów, które tak bardzo się Wam spodobały w poprzednim sezonie.



Dla amatorów wyścigów na szutrze przygotowaliśmy dwa dystanse: Adventure o długości ok. 30 km oraz Expedition o długości ok. 65 km, poprowadzone przez najpiękniejsze zakamarki Gór Izerskich. Nie zabraknie Wam tutaj szutrowych ścieżek, długich i stromych podjazdów, szybkich i technicznych zjazdów oraz punktów na trasie, gdzie będziecie mogli się napić i zjeść coś dobrego przed dalszą jazdą. Gwarantujemy, że w Górach Izerskich czeka na Was prawdziwa gravelowa przygoda!

Wszystkim uczestnikom życzę dobrej zabawy i bezpiecznego dotarcia na metę.

Do zobaczenia!  
*Marcin Florek*



# Garmin Gravel Race

9 października 2022



## Program zawodów

### Piątek, 07.10.2022 r.

**19:00** odprawa techniczna online na oficjalnym profilu FB Garmin Gravel Race (wszystkie dystanse)

### Niedziela, 09.10.2022 r.

**07:30-15:30** godziny otwarcia EXPO

**07:30-09:00** wydawanie pakietów startowych w strefie pakietów dla wszystkich dystansów

**08:15** oficjalne otwarcie imprezy

**08:30** start dystansu EXPEDITION ok. 65 km

**08:35** start dystansu EXPEDITION Trip ok. 65 km (dla zawodników startujących na innych rowerach niż rower typu Gravel)

**10:15** start dystansu ADVENTURE ok. 30 km

**10:20** start dystansu ADVENTURE Trip ok. 30 km (dla zawodników startujących na innych rowerach niż rower typu Gravel)

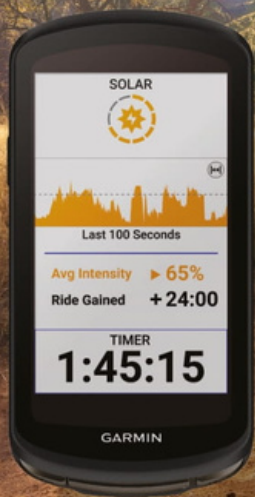
**15:00** zamknięcie tras wszystkich dystansów

**15:00** ceremonia dekoracji – Garmin Gravel Race Izery dystans EXPEDITION i dystans ADVENTURE

**15:30** zakończenie imprezy

Program może ulec zmianie!

# ZASILANY SŁOŃCEM



## I WYPOSAŻONY WE WSZYSTKO CO POD NIM ZNAJDZIESZ

Edge® 1040 Solar to jedyny komputer rowerowy ze zintegrowanym ładowaniem energią słoneczną. Im dalej jedziesz tym dłużej wytrzyma bateria a Twój zasięg wskaże Ci funkcja stamina. <sup>1</sup>

# GARMIN

<sup>1</sup>Po połączeniu z kompatybilnymi czujnikami (osobno w sprzedaży).

# WAŻNE INFORMACJE

## BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów dla zawodników będzie usytuowane w okolicach ośrodka Ski&Sun Świeradów-Zdrój, ul. Źródłana 7. Czynne będzie w godzinach wydawania pakietów startowych.

Pakiet startowy odebrać można wyłącznie osobiście w godzinach wskazanych w Regulaminie.

Zawodnik ma obowiązek przedstawić swój dowód tożsamości ze zdjęciem oraz podpisaną kartę zawodnika wraz z oświadczeniem o starcie z własnej woli.

**Kartę zawodnika** będzie można pobrać przed zawodami po zalogowaniu się na swoje konto w systemie zapisów na [www.startlist.pl](http://www.startlist.pl) w zakładce „MÓJ PROFIL”.

**WAŻNE!** Zawodnik bez wydrukowanej karty zawodnika nie będzie dopuszczony do startu.

**Osoby niepełnoletnie** startujące na dystansie ADVENTURE oraz ADVENTURE Trip mają obowiązek przedłożyć podpisaną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego na udział w Garmin Gravel Race.

## ODBIÓR PAKIETÓW

Odbiór pakietów startowych na zawody Garmin Gravel Race odbędzie się w niedzielę, 09.10.2022 r. w godzinach 07:30-09:00.

## PAKIET STARTOWY

W ramach pakietu startowego uczestnicy otrzymają:

- numer startowy z chipem, który przechodzi na własność zawodnika,
- torebkę na pakiet startowy,
- profesjonalny pomiar czasu,
- profesjonalnie oznaczoną trasę,
- profesjonalne zabezpieczenie medyczne,
- punkty odżywiania na trasie zawodów,
- ubezpieczenie NNW, pakiet żywieniowy na mecie,
- pamiątkowy medal za ukończenie zawodów,
- gadżet zawodów - czapeczka kolarska.



## DEPOSIT



Depozyt dla zawodników będzie mieścił się w okolicach ośrodka Ski&Sun Świeradów-Zdrój, ul. Źródłana 7 w miejscu oznaczonym napisem „depozyt”. Będzie on czynny w dniu zawodów.

**Otwarcie depozytu** nastąpi godzinę przed startem, a jego zamknięcie w czasie rozpoczęcia dekoracji. Torby na depozyt będzie można dostać w punkcie depozytowym. Depozyt wydawany będzie na podstawie okazanego numeru startowego.

## PARKING



Parking zawodów znajdować się będzie w bezpośrednim sąsiedztwie Ośrodka Ski&Sun Świeradów-Zdrój przy ul. Strażackiej. Parking jest płatny - 20 zł za dobę.



## UTRUDNIENIA W RUCHU

W niedzielę 9.10.2022 przewidziane są chwilowe utrudnienia w ruchu drogowym polegające na krótkotrwałym wstrzymaniu ruchu na 400 metrowym odcinku ul. Strażackiej pomiędzy Dolną stacją kolejki gondolowej Ski&Sun, a parkingiem "TEWA".

Ruch wstrzymany będzie w momentach startu zawodników tj. 8:25-08:40 oraz 10:10-10:25.



Sponsor Garmin Gravel Race



# Bądź aktywny i wygrywaj nagrody

Wyzwanie Active w aplikacji **SGB Mobile!**

Połącz swoje urządzenie Garmin z aplikacją **SGB Mobile**, by sprawdzać swoje aktywności. Wystarczy, że zrobisz 100.000 kroków w miesiącu i dokonasz 5 transakcji swoją kartą Visa, a staniesz się posiadaczem **vouchera o wartości 50 PLN**.

Pobierz aplikację **SGB Mobile** z:



Promocja Wyzwanie Active trwa od 01.20.2022 r. do 31.01.2023 r. lub do wyczerpania puli nagród. Dostępna jest dla użytkowników aplikacji mobilnej SGB Mobile, którzy przystąpili do promocji oraz korzystają z kart VISA wydanych przez Spółdzielczą Grupę Bankową. Aplikacja mobilna SGB Mobile dostępna jest w SGB-Banku S.A. oraz w wybranych bankach spółdzielczych SGB. Szczegóły oferty, w tym m.in. informacje o opłatach i prowizjach za korzystanie z produktów i usług w ramach aplikacji mobilnej, wymagania techniczne, regulamin korzystania z aplikacji mobilnej SGB Mobile, przewodnik po aplikacji SGB mobile (w tym opis dostępnych funkcjonalności) oraz lista banków spółdzielczych SGB, oferujących możliwość korzystania z aplikacji mobilnej, dostępne są na stronie [www.sgb.pl/sgbmobile](http://www.sgb.pl/sgbmobile)

# ZASADY OBOWIĄZUJĄCE NA CAŁEJ TRASIE ZAWODÓW



Trasa zawodów Garmin Gravel Race przebiega po terenach znajdujących się w obszarze Natura 2000 i prowadzi przez Nadleśnictwo Świeradów - w tym przez rezerwat przyrody „Torfowiska Doliny Izery” oraz Nadleśnictwo Szklarska Poręba.

W związku z tym, **wszyscy uczestnicy zawodów zobowiązani są do przestrzegania zasad panujących na tym terenie tj.:**

- przestrzegania ograniczeń w użytkowaniu gruntów leśnych, wynikających z przepisów prawa powszechnie obowiązującego, w tym w szczególności ustawy o lasach, ustawy o ochronie przyrody oraz ustawy o ochronie przeciwpożarowej;
- bezwzględnego zakazu używania na trasie zawodów otwartego ognia oraz przedmiotów łatwopalnych;
- bezwzględnego utrzymania czystości i zakazu zanieczyszczania terenu;
- zakazu poruszania się poza wyznaczonymi trasami;
- zakazu zakłócania ciszy, a w szczególności zakazie używania na trasie zawodów gwizdków, armatek hukowych lub innych przedmiotów lub instrumentów powodujących hałas.

**Uczestnikom zawodów łamiącym powyższe zasady, zgodnie z Regulaminem, grozi dyskwalifikacja.**

# STREFA STARTU

## START HONOROWY



Przejazd ok. 200 m  
z parkingu Ski&Sun  
Świeradów-Zdrój.

## START OSTRY



Start Ostry z ul. Strażackiej.

Wyścig rozpocznie się „startem ostrym” z wyznaczonego miejsca linii startu. “Start ostry” znajduje się na ul. Strażackiej w Świeradowie-Zdroju i jest oddalony o ok. 200 m od miejsca startu “honorowego”.

Pierwszy sygnał startera oznacza, że zawodnicy ruszają spokojnie utrzymując tempo pojazdu technicznego (ok. 20-25km/h). Żaden zawodnik nie może przekroczyć linii tyłu pojazdu technicznego, co będzie weryfikowane przez sędziego startera znajdującego się w pojeździe technicznym.

Wyścig i włączenie pomiaru czasu nastąpi na drugi sygnał startera z ul. Strażackiej spod bramy i z wyznaczonej linii startu. Pojazd techniczny przyspieszy przekraczając linię startu ostrego, umożliwiając bezpieczne rozpoczęcie rywalizacji.

**WAŻNE** - zawodnicy walczący o czołowe lokaty proszeni są o ustawianie się na czele wyścigu.

**NUMER ALARMOWY 730 720 689**

# TRASA ZAWODÓW



## LEGENDA:

- Iżerskie Góry (1084) Nazwa wzgórza
- Wysokość (m n.p.m.)
- Granica rezerwatu
- Granica państwa
- Trasa GGR 65 km
- Trasa GGR 30 km
- Bufet

N

SKALA 1:55 000

0 1 2 3 4 5 km



TRASA GARMIN CONNECT  
Garmin Gravel Race Izery 2022  
dystans ADVENTURE i ADVENTURE Trip 30 km



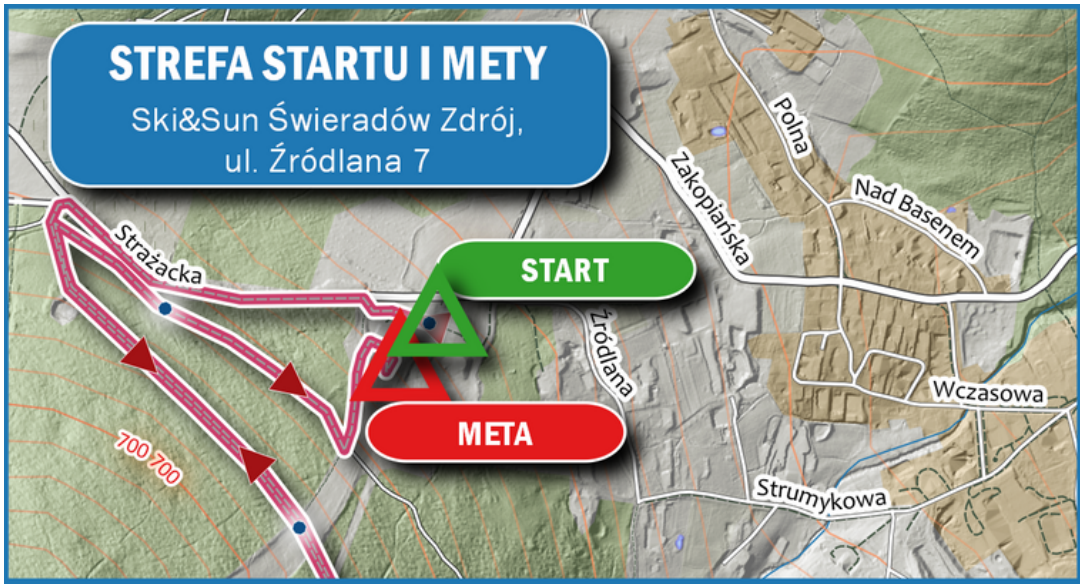
TRASA GARMIN CONNECT  
Garmin Gravel Race Izery 2022  
dystans EXPEDITION i EXPEDITION Trip 65 km



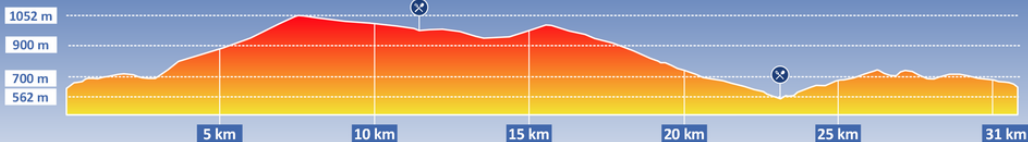
# TRASA ZAWODÓW

## STREFA STARTU I METY

Ski&Sun Świeradów Zdrój,  
ul. Źródłana 7



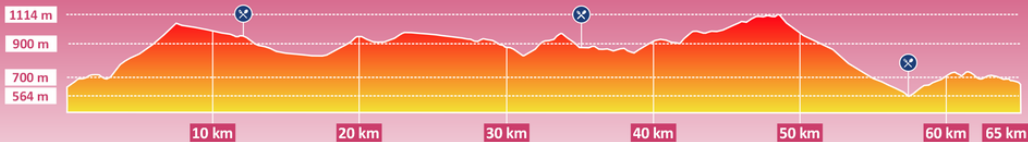
## PROFIL TOPOGRAFICZNY TRASY GARMIN GRAVEL RACE IZERY 2022 - 30 KM



Min. wysokość: 562 m, śr. wysokość 809 m, max. wysokość 1052 m;  
Wzrost/spadek wysokości: 760 m/ -749 m



## PROFIL TOPOGRAFICZNY TRASY GARMIN GRAVEL RACE IZERY 2022 - 65 KM



Min. wysokość: 564 m, śr. wysokość 878 m, max. wysokość 1114 m;  
Wzrost/spadek wysokości: 1420 m/ -1408 m



# DYSTANSE

## **Dystans EXPEDITION – ok. 65 km (1 pętla):**

dla zawodników startujących na rowerach typu gravel spełniających warunki: opony o szerokości do 45 mm, koła wielkości 27,5 cali lub 28 cali, kierownica typu „baranek”.

## **Dystans EXPEDITION Trip – ok. 65 km (1 pętla):**

dla zawodników startujących na innych rowerach niż rowery typu gravel.

## **Dystans ADVENTURE – ok. 30 km (1 pętla):**

dla zawodników startujących na rowerach typu gravel spełniających warunki: opony o szerokości do 45 mm, koła wielkości 27,5 cali lub 28 cali, kierownica typu „baranek”.

## **Dystans ADVENTURE Trip – ok. 30 km (1 pętla):**

dla zawodników startujących na innych rowerach niż rowery typu gravel.

## **LIMIT CZASU UKOŃCZENIA ZAWODÓW**

6,5 h na dystansie EXPEDITION i EXPEDITION Trip i 4 h na dystansie ADVENTURE i ADVENTURE Trip.

Dopuszcza się możliwość udziału zawodników na elektrycznych rowerach typu gravel oraz innych rowerach, jednak w tym przypadku rezultat nie zostanie uwzględniony w oficjalnych wynikach. Zawodnicy startujący na takich rowerach startować będą w przejeździe pn. EXPEDITION Trip oraz ADVENTURE Trip.

# PUNKTY ŻYWIENIOWE

## ADVENTURE

**PUNKT 1** / POLANA IZERSKA 12 KM - Woda, Izo, Coca-Cola, Banany, Pomarańcze, Paluszki, Kabanosy, cukierki w czekoladzie (galaretki), żelki, bułeczki maślane z czekoladą;

**PUNKT 2** / DROGA SUDECKA 23,5 KM - Woda, Izo, Coca-Cola, Banany, pomarańcze, kabanosy, bułki z pasztetem, bułki z dżemem, mieszanka studencka (żurawina, orzechy, rodzynki), Red Bull;

\* W celu przelania napojów, każdy zawodnik ma obowiązek posiadania własnego bidonu lub kubka. Na punktach nie będą przekazywane butelki lub kubki z napojami. .

**PUNKT ZA META** - zupa, woda, banan, Red Bull , kabanosy;

## EXPEDITION

**PUNKT 1** / POLANA IZERSKA 12 KM - Woda, Izo, Coca-Cola, Banany, Pomarańcze, Paluszki, Kabanosy, cukierki w czekoladzie (galaretki), żelki, bułeczki maślane z czekoladą;

**PUNKT 2** / JAKUSZYCE 35 KM - Woda, Izo, Coca-Cola, Banany, zupa, herbata, paluszki, galaretki w czekoladzie, czekolada gorzka, żele Trec Nutrition;

**PUNKT 3** / DROGA SUDECKA 58 KM - Woda, Izo, Coca-Cola, Banany, pomarańcze, kabanosy, bułki z pasztetem, bułki z dżemem, mieszanka studencka (żurawina, orzechy, rodzynki), Red Bull;

\* W celu przelania napojów, każdy zawodnik ma obowiązek posiadania własnego bidonu lub kubka. Na punktach nie będą przekazywane butelki lub kubki z napojami.

**PUNKT ZA META** - zupa, woda, banan, Red Bull, kabanosy;

# WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

W czasie trwania zawodów każdy z uczestników powinien posiadać przy sobie wyposażenie obowiązkowe, które może być skontrolowane przez organizatora. Brak jakiegokolwiek elementu wyposażenia obowiązkowego będzie skutkować dyskwalifikacją.

## WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE NA DYSTANSACH

### EXPEDITION/ EXPEDITION Trip/ ADVENTURE/ ADVENTURE Trip:

- numer startowy wraz z chipem otrzymany od organizatora;
- ważny dowód osobisty lub paszport;
- folia NRC;
- bidon, kubek lub bukłak;
- telefon komórkowy z naładowaną baterią, która wytrzyma kilka godzin (zalecamy wpisanie numeru kontaktowego do organizatora oraz do GOPR);
- dzwonek rowerowy;
- gotówka minimum 50 zł.

Na wszystkich dystansach Garmin Gravel Race **zaleca się** posiadanie urządzenia umożliwiającego nawigację satelitarną wraz ze śladem trasy pobranym z oficjalnej strony imprezy.

Wyścig odbędzie się w głównej mierze po ścieżkach leśnych, na których odbywać się będzie normalny ruch turystyczny. Zawodnicy zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności. Część trasy przebiegać będzie przez drogi publiczne. Zawodnicy zobowiązani są do stosowania się do przepisów Ustawy Prawo o Ruchu Drogowym oraz do zachowania szczególnej ostrożności. Każdy uczestnik zobowiązany jest do jazdy w kasku rowerowym. Na trasie zlokalizowane będą sędziowskie punkty kontrolne. Ominięcie któregoś z punktów kontrolnych będzie karane dyskwalifikacją. Każdy uczestnik, który zrezygnuje z udziału w wyścigu w trakcie jego trwania powinien bezzwłocznie zgłosić ten fakt obsłudze ratowniczej będącej na trasie wyścigu lub w Biura Zawodów pod rygorem poniesienia kosztów akcji poszukiwawczej.



# KARY I DYSKWALIFIKACJE



- Kary będą egzekwowane przez sędziów rozstawionych na trasie zawodów.
- Zawodnikom nie przysługuje odwołanie się od kary lub dyskwalifikacji.

**Wobec uczestników łamiących zasady Regulaminu Zawodów i obowiązujące zasady bezpieczeństwa Komisja Sędziowska może zasądzić:**

- upomnienie,
- karę czasową,
- dyskwalifikację.

## **ZAWODNIK MOŻE ZOSTAĆ UKARANY ZA:**

jazdę bez kasku, jazdę w słuchawkach podczas wyścigu, omińnięcie punktu kontrolnego, łamanie zasad ruchu drogowego, śmiecenie poza punktem odświeżania, nieposzanowanie środowiska naturalnego, nieprzestrzeganie zasady „fair play” oraz inne zachowania uznane przez sędziego zawodów jako przewinienia.



---

SPONSOR TYTULARNY

---

**GARMIN®**

---

SPONSOR

---



**Banki Spółdzielcze**

---

PARTNERZY CYKLU

---



**Nadleśnictwo Świeradów**



**Nadleśnictwo Szklarska Poręba**



GOSPODARZ

---

ORGANIZATOR

