



ULTRA ŚLEDŹ



Kochane śledziko-bładzinki!

V edycja Ultra Śledzia Puszczy Knyszyńskiej zbliża się nieuchronnie. Bardzo nas to raduje, gdyż emocje pojawiające się w trakcie jej przygotowań sięgają zenitu:) Dystans +160km startuje po raz drugi.

Nasi wolontariusze już ładują swoje baterie, by dzielić się z Wami swoją energią na trasie.

Taśmy są naszykowane, by już w weekend ruszyć na trasę.

Jak co roku, wspiera nas Gmina Supraśl, Centrum Kultury i Rekreacji w Supraślu, Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego oraz Nadleśnictwa. Sponsorują nas m.in. Lotto, Lewiatan, EyeEye Polska, EastRent, Pigwoniada, Restauracja Bohema, Restauracja Prowincja, Browar Markowy, Browar Waszczukowe, Browar Biały, Maslove, a patronuje Polskie Radio Białystok, wszystko po to, by sprostać Waszym oczekiwaniom. Dołożymy wszelkich starań, byście co roku w lutym stawiali się na starcie Ultra Bładziny!

Nadszedł czas na konkrety, czyli co, gdzie, kiedy i o której:)

Czwartek 20.02.

- osobisty odbiór pakietów startowych od **16.00 do 22.00** w Domu Ludowym, ul. J. Piłsudskiego 11 w Supraślu
- zawodnicy zapisani na nocleg muszą zameldować chęć zakwaterowania w biurze zawodów

Piątek 21.02.

- osobisty odbiór pakietów startowych **od 13.00 do 16.00**
- odprawa techniczna o **16.00** w biurze zawodów
- depozyt w strefie startu **17.30-17.45** (Plac Tadeusza Kościuszki 1 - przy Liceum Sztuk Plastycznych w Supraślu)
- weryfikacja zawodników **17.30** (pamiętajcie o dowodzie osobistym i wyposażeniu obowiązkowym – patrz Regulamin, lokalizatory GPS zostaną rozdane przed startem)
- start **18.00**
- odprawa techniczna godz. **20.00** w Domu Ludowym

Sobota 22.02.

- **18.00** zamknięcie mety
- **20.00** dekoracja zawodników i koncert – Dom Ludowy (opaska upoważniająca do wstępu w pakiecie startowym)

Punkty odżywcze na dystansie 160 km:

PK1 Królowy Most (ok 40 km) – 6 h 0 min (wyjście z punktu nie później niż o godz. 00:00) ciepły posiłek, napoje ciepłe i zimne, dekstroza, chuch puszczy i ognisko

PK2 Start (ok 80 km) – 12 h 30 min (wyjście z punktu nie później niż o godz. 6:30) ciepły posiłek, napoje ciepłe i zimne, przekąski, owoce, dekstroza, ogrzewany namiot + przepak

PK3 Królowy Most (ok 120 km) – 18 h 30 min (wyjście z punktu nie później niż o godz. 12:30), ciepły posiłek - potrawka, ciepłe i zimne napoje, przekąski, owoce, dekstroza, ognisko

META (168km) – przekroczenie linii mety najpóźniej o godz. 18:00, ciepły posiłek regeneracyjny i napoje

Dodatkowo uczestnicy dystansu 160+ mogą korzystać z punktów żywieniowych dystansu Ultra Śledź w godzinach ich funkcjonowania:

PK1 Ogrodniczki (ok 20 km) – 3 h 0 min (wyjście z punktu nie później niż o godz. 9:00) – suche przekąski, owoce, ciepłe i zimne napoje, dekstroza, ognisko

PK3 Lipowy Most (ok 60 km) – 9 h 0 min (wyjście z punktu nie później niż o godz. 15:00), ciepły posiłek - zupa i ziemniaczki, zimne przekąski, owoce, napoje ciepłe i zimne, dekstroza, piwo, chuch puszczy, ognisko

PK4 Wieś Jałówka (ok 75 km) – 11 h 30 min (wyjście z punktu nie później niż o godz. 17:20) zimne przekąski, ciepłe i zimne napoje, owoce, dekstroza, piwo, chuch puszczy, ognisko

Śledźcie nas na naszym profilu, gdzie informujemy o wszystkich naszych poczynaniach. Już niedługo pojawi się formularz do zapisów na niedzielne wędrowanie śladami wilków!

Pamiętajcie też, że w niedzielę o 12.00 jak co roku, morsujemy nad zalewem rzeki Supraśl.

Prosimy o zapoznanie się z Regulaminem, mapą i pobranie trucka.

Widzimy się już niebawem!!!

ŚLEDŹ, MÓDL SIĘ I CHUCHAJ!

Ekipa Ultra Śledzia



TWORZYWA
fundacja



Lasy Państwowe

