



## KOMUNIKAT STARTOWY Potrójna Korona Śnieżnicka 2022

Zebraliśmy dla Was najważniejsze informacje dot. startu, przebiegu imprezy oraz wytycznych, dzięki którym będziemy mogli sprawnie i możliwie bezpiecznie cieszyć się pięknem Gór Białskich, Gór Złotych i oczywiście Masywu Śnieżnika.

Bądźcie z nami w czasie odprawy online w czwartek o godz. 20:00 na naszym facebooku – [link](#).

### **PRZED STARTEM:**

#### **Baza zawodów, biuro zawodów, start i meta, posiłek regeneracyjny**

Biuro zawodów a także start i meta Waszych zmagania zlokalizowane będą nad przepięknym zalewem w Starej Morawie, 2 km od Stronia Śląskiego. Adres: Stara Morawa 6b, 57-550 Stara Morawa, gmina Stronie Śląskie.

Biuro zawodów znajduje się na kąpielisku na świeżym powietrzu. Również tutaj, po ukończeniu wyrypy, zjecie pyszny posiłek regeneracyjny i otrzymacie upragnioną przypinkę finiszera 2022, finiszera trasy Dolomite Hard Trail oraz złotą przypinkę finiszera 2022!



#### **Odbiór pakietów**

W piątek od godz. 16:00 do godz. 22:00. Jeśli macie do opłacenia koszulki - prosimy o odliczoną gotówkę w wysokości 45 zł. Nie ma możliwości płatności kartą. Odbiór pakietów za innego uczestnika – z upoważnieniem dostępnym w FAQ na stronie www (link [tutaj](#)) (wydrukowane do zostawienia przy odbiorze pakietu). Zachęcamy gorąco do odbioru pakietów za cały zespół!

#### **Atrakcje dla osób towarzyszących**

Osoby towarzyszące zapraszamy również do zwiedzania atrakcji regionu, na czele z Jaskinią Niedźwiedzią, znajdującą się w odległości 2-godzinnego spaceru od bazy zawodów – link [tutaj](#). Inne propozycje atrakcji znajdziecie na naszej stronie www – link [tutaj](#).

#### **Dojazd**

Prosimy, żebyście w miarę możliwości przyjeżdżali jak najmniejszą liczbą pojazdów. Przyjeździecie wraz z partnerami lub członkami zespołu jednym autem. Liczba miejsc parkingowych jest ograniczona.

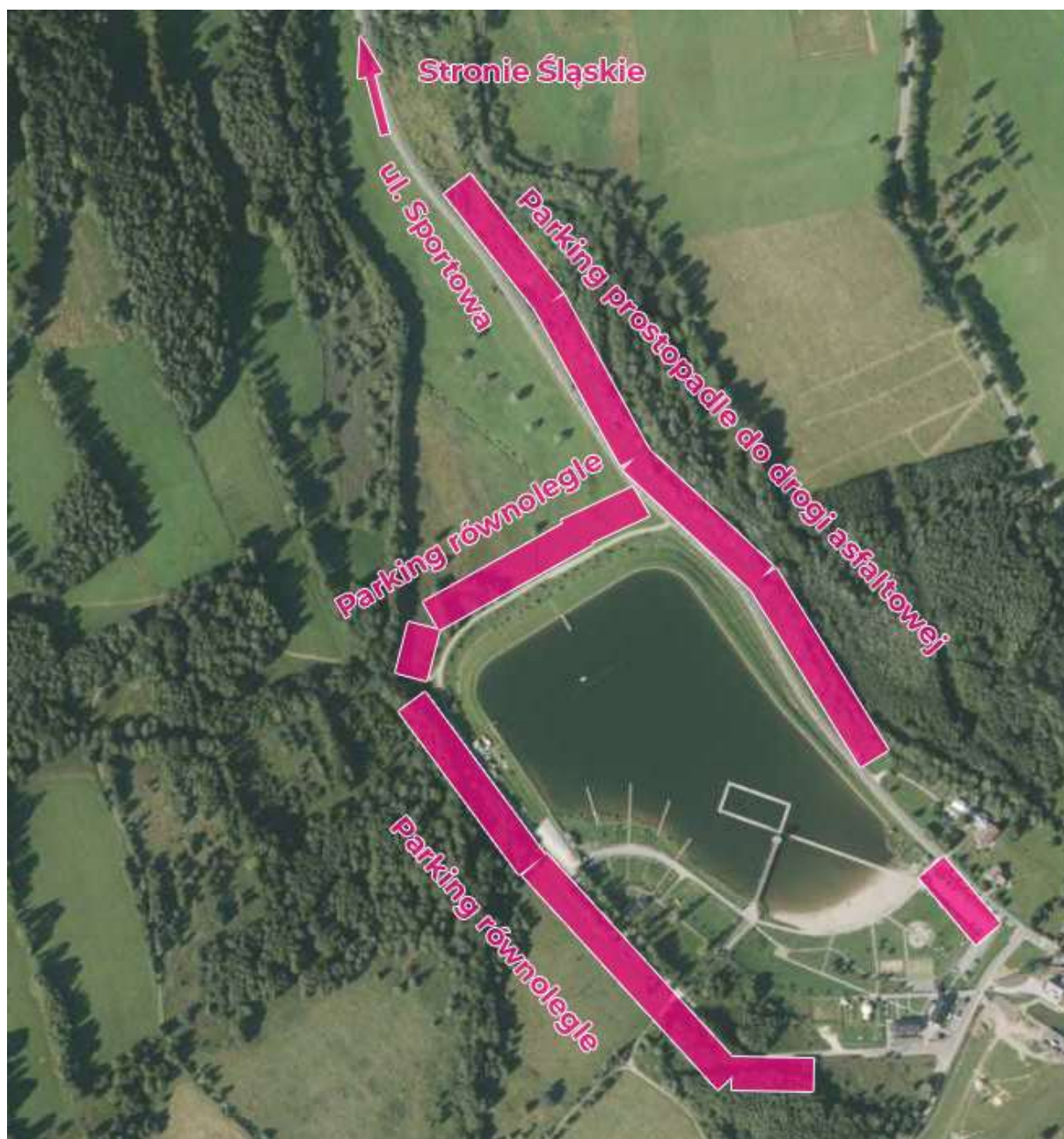
### **Parking – lokalizacja**

Prosimy stosować się do zaleceń członków naszego zespołu, którzy pomogą Wam efektywnie zaparkować w okolicy bazy zawodów. Będziemy pokazywali, gdzie stanąć i jak. Miejsca parkingowe znajdują się przy samym zalewie, wzdłuż ulicy Sportowej oraz drogi technicznej (zielone pola). Prosimy parkować z poszanowaniem innych zawodników. Nie parkujcie na czerwonych polach, może to uniemożliwić przeprowadzenie imprezy.

Na ul. Sportowej – parkujemy prostopadle na trawniku,

Na drodze technicznej – parkujemy na prawym poboczu równolegle (na zwężeniach – nie parkuj!)

Od godziny 21:00 dostępne będą już tylko miejsca na drodze technicznej – w pozostałych miejscach będzie odbywało się przygotowanie do startu.





### Obowiązkowe wyposażenie - check list:

- latarka;
- folia NRC;
- pojemnik na wodę o pojemności min. 300 ml;
- telefon komórkowy ze stanem baterii umożliwiającym wielokrotne połączenia,
- dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający tożsamość,
- zapas jedzenia na 6 godzin

Wyposażenie obowiązkowe będzie sprawdzane przed wejściem do strefy startowej lub na jednym z punktów odżywczych. Brak któregośkolwiek elementu wyposażenia spowoduje, że sędzia nie wpuści zawodnika do strefy startowej. Nie przewidujemy odstępstw od tej zasady.

Braki w wyposażeniu możecie uzupełnić w czwartek i piątek w [Sklepie Górskim BONGO](#) na ul. Kościuszki w Stroniu Śląskim lub w sklepiku Decathlon obok biura zawodów, w godzinach otwarcia biura.

### Sugerowane wyposażenie:

Kubek na herbatę/kawę (na punktach nie będzie kubków); rękawiczki, raczki lub nakładki antypoślizgowe, kurtka przeciwdeszczowa, dodatkowa warstwa termiczna, mapnik oraz kompas, zainstalowana w telefonie aplikacja RATUNEK.

### Pogoda

Wstępna prognoza pogody [Mountain Forecast](#) wskazuje na to, że w najwyższym punkcie trasy, tj. na Śnieżniku, będzie bardzo pięknie, jesienią – około 14 stopni i brak opadu.

Pamiętajcie jednak proszę, że w górach pogoda może zmienić się w ciągu bardzo krótkiego czasu. Obowiązkowo w naładowanym telefonie komórkowym miej wgraną aplikację mobilną [Ratunek](#) oraz numery alarmowe GOPR: +48 601 100 300 oraz 985.



### START:

#### Miejsce i przebieg startu

Start honorowy zawodów odbędzie się nad zalewem w Starej Morawie w piątek 28.10.2022 o godz. 22:00 (dla fali żółtej) i 22:30 (dla fali niebieskiej). Przejdziemy ulicą Sportową w stronę Stronia Śląskiego, gdzie pod Urzędem Miasta i Gminy nastąpi start ostry w kierunku Parku Miejskiego i ul. Kościelnej. Na odcinku pierwszych dwóch kilometrów prosimy nie wyprzedzać czoła przemarszu.

Strefa startu zostanie oddzielona i wejście do niej będzie następowało przez służbę, w której sędziowie będą sprawdzali wyposażenie obowiązkowe. Brak któregośkolwiek z elementów wyposażenia obowiązkowego będzie skutkowało niewpuszczeniem do strefy startowej.

## HASHTAG INSTAGRAM

Wrzucasz zdjęcia z imprezy? Użyj #PotrójnaKorona lub otaguj @PotrojnaKorona\_Marsz

## TRASA I PRZEBIEG IMPREZY

### Oznaczenie trasy

Tegoroczna trasa w większości została zmieniona i nie pokrywa się z ubiegłoroczną. Nadal jednak większość trasy (ok. 90%) przebiega oznakowanymi szlakami turystycznymi i nie będzie dodatkowo oznaczona. Na mapach, które otrzymacie w pakiecie (skala 1:50 000, 1 cm = 500 m) czerwonym półprzezroczystym śladem zaznaczony jest obowiązkowy przebieg trasy. Dystans trasy klasycznej to ok. 73 kilometrów i 2800 metrów przewyższenia.

Dodatkowo na mapie znajdziecie szczegółowy opis z kilometrażem i zmianami szlaków lub istotnymi miejscami na trasie. Momenty trudniejsze wyznaczone poza szlakami turystycznymi będą w terenie zaznaczone tabliczkami i strzałkami. Plik .gpx można pobrać z sekcji FAQ na www – link [tutaj](#).

Nowością w roku 2022 jest trasa Dolomite Hard Trail o dystansie 100 kilometrów. Do ostatniego punktu odżywczego (58 km, agroturystyka OdważnyTeam.pl) idziecie wspólnie z osobami z trasy klasycznej. Na 58 kilometrze, najpóźniej do godz. 13:30 wychodzicie albo na trasę 100 km (w stronę Borówkowej), albo do mety. Jeżeli zdecydowaliście się iść na trasę Dolomite Hard Trail, to po zaliczeniu Borówkowej, wróćcie na PK8, który jest otwarty do godz. 19:00. Możecie ponownie skorzystać z zasobów tego punktu odżywczego i kontynuować marsz do mety.



### Limit czasu

Limit dla obu tras wynosi 24 godziny od momentu startu, czyli do 22:00 (fala żółta) lub 22:30 (fala niebieska) w dniu 29.10.2022. Limit czasu jest jednakowy dla obu dystansów.

### Punkty kontrolne i punkty odżywcze

Punkty odżywcze będą otwarte w poniższych godzinach, dostosowanych do szybkich oraz wolnych piechurów. Jeżeli znajdziesz się na punkcie odżywczym przed jego otwarciem – musisz zdecydować czy czekasz, czy kontynuujesz bez zaopatrzenia:

- PK 1 - 12 km - **Czarna Góra** wieża widokowa - pieczętka
- PK 2 - 18 km - **Międzygórze GOPR** (zupa, wafelki, herbata/kawa/wrzątek) – 00:30-05:00
- PK 3 - 24 km - **Śnieżnik** wieża widokowa - pieczętka
- PK 4- 32 km - **Płaszczyna** przeł. (bułki, owoce, herbata/kawa/wrzątek) – 03:00-10:00
- PK 5 - 39 km - **Rudawiec** szczyt - pieczętka
- PK 6 - 42 km - **Nowa Biela** (drożdżówki, słodczyce, herbata/kawa/wrzątek) – 04:30-13:00
- PK 7 - 45 km - **Kowadło** szczyt – pieczętka
- PK 8 - 58 km / 85 km- **OdważnyTeam.pl** (grill, kiełbasa/cammembert, herbata/kawa/wrzątek) – 07:00-19:00 (limit wyjścia na Dolomite Hard Trail: 13:30)
- PK 9 - 64 km / 91 km- **Czernica** szczyt

PK 10 - dodatkowy - 70 km - **Borówkowa** szczyt  
META - 73 km / 100 km- **Zalew Stara Morawa** - limit 22-22:30

Na mapie Punkty odżywcze oznaczone są ikonką „nóż i widelec”:



Na punktach odżywczych pamiętajcie o obowiązkowych pojemnikach 500 ml na wodę - mogą to być kubki, bidony, bukłaki - cokolwiek (na punktach nie będzie kubków).

### **Odnotowanie się na PK**

Na każdym punkcie odżywczym musicie podać swój numer sędziemu. Aby ukończyć Potrójną Koronę musicie zostać odnotowani w limicie czasu na każdym PK. Upewnijcie się, czy sędzia odnotował Waszą obecność na PK.

### **Forma potwierdzania PK**

W pakiecie startowym otrzymacie książeczki na pieczątki, z opisanymi miejscami, skąd potrzebujecie stempel. Jest w nich miejsce na 5 pieczętek: Czarna Góra, Śnieżnik, Rudawiec, Kowadło, Czernica + dodatkowe miejsce na pieczątkę Borówkowa (dla trasy Dolomite Hard Trail).

Jeśli z jakiegoś powodu nie jest możliwe podbicie pieczątki (ktoś ją zabrał, skończył się tusz itp.) potwierdzacie punkt robiąc sobie zdjęcie z banerem lub innym elementem jednoznacznie wskazującym, że byliście w dobrym miejscu. Istnieją też PK z obowiązkowym potwierdzeniem foto.

Po ukończeniu wyrypy w limicie czasu i zebraniu wszystkich potwierdzeń, na mecie otrzymacie pieczęć Sędziego i tym samym Wasza książeczka zmieni się w dyplom ukończenia Potrójnej Korony Śnieżnickiej 2022. Wówczas otrzymacie też pamiątkową przypinkę finiszera. Przypinki wydajemy tylko w 1 egzemplarzu i tylko właścicielowi dyplomu.

### **Zwieszenie z trasy**

Punkt odbioru uczestników, którzy nie mogą kontynuować marszu znajduje się tylko na punktach odżywczych – są one zaznaczone na mapie. Bus będzie czekał na punkcie do zapełnienia się 8 osobami i wówczas będzie jechał na metę. Oczekiwanie na busa może trwać nawet do 2 godzin.

## **META**

### **Lokalizacja**

Meta znajduje się w tym samym miejscu, gdzie start i biuro zawodów – nad zalewem w Starej Morawie. Dotrzecie tutaj po pokonaniu 73 kilometrów trasy. Tutaj kończycie zmagania, otrzymujecie pamiątkową przypinkę finiszera, posiłek regeneracyjny i zimne piwo.

### **Przypinka finiszera**

Warunkiem otrzymania limitowanej przypinki finiszera Potrójnej Korony Śnieżnickiej 2022 jest:

1. Zmieszczenie się w limicie 24 godzin, niezależnie od dystansu



2. Przedstawienie sędziemu karty startowej ze wszystkimi 5 pieczętkami
3. Bycie odnotowanym na wszystkich punktach kontrolnych.

Po spełnieniu wymogów otrzymujecie stempel Sędziego w karcie startowej, która od tego momentu może służyć jako dyplom ukończenia Potrójnej Korony Śnieżnickiej 2022.

### **Złota przypinka finiszera cyklu Potrójna Korona 2022**

Warunkiem otrzymania limitowanej złotej przypinki finiszera cyklu Potrójna Korona 2022 jest ukończenie w limicie wszystkich imprez z cyklu Potrójna Korona 2022: Potrójnej Korony Wałbrzyskiej 2022, Potrójnej Korony Orlickiej 2022, Potrójnej Korony Beskidzkiej 2022 oraz Potrójnej Korony Śnieżnickiej 2022. Nagrody zostaną wręczone na mecie.

### **Przypinka finiszera trasy Dolomite Hard Trail 100**

Dla osób mierzących się z wyzwaniem specjalnym, Dolomite przygotował 100-kilometrową trasę. Po jej ukończeniu, czego potwierdzeniem jest zebranie w książeczce startowej 6 pieczętek (5 wymienionych powyżej oraz dodatkowej z Borówkowej), uczestnik oprócz przypinki klasycznej otrzymuje przypinkę finiszera Dolomite Hard Trail.

Wyjście na trasę 100 kilometrów jest możliwe najpóźniej do godz. 13:30 z PK8 w OdważnyTeam.pl

### **Jedzenie**

W bazie zawodów wydawany będzie posiłek regeneracyjny.

**Do zobaczenia na Potrójnej Koronie Śnieżnickiej!  
To tutaj wszystko się zaczęło! ❤️**

### **PARTNERZY**

#### **Gospodarz**

Niezmiennie, już czwarty raz Gospodarzem Potrójnej Korony Śnieżnickiej jest gmina Stronie Śląskie. Dziękujemy!



#### **Partnerzy publiczni:**

Stroński Park Aktywności "Jaskinia Niedźwiedzia" sp. z o.o.

#### **Partnerzy merytoryczni:**

Dolomite Polska

Campingaz Polska

Coleman Polska

Browar Fortuna

Decathlon Wrocław

Sklep Górski BONGO Stronie Śląskie

MJP Druk – drukarnia cyfrowa i offsetowa

ŚledzGPS – tracking imprez sportowych

Mapy.cz

Peritus – producent opakowań

Good Food wafle

DoGóry



Brain Inside

**Dziękujemy! Do zobaczenia 28 października 2022 w Starej Morawie!**