**WYŚCIG UPHILL**

**Warunki uczestnictwa**

* 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.

1. **Kategorie wiekowe dla pań i panów (klasyfikacja i nagrody)**

* 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

W zakresie tych kategorii przewidziano punktowanie i nagradzanie oraz dodatkowy puchar w klasyfikacji generalnej

1. **Trasa** – odcinek o długości ok. 1,5 km, od poziomu Jez. Lubniewsko (47m npm., na szczyt Lubniewki 142m npm. (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 zakończeniu tras terenowych 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 sędzią startowym 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 przedziałach czasowych, wg. przydzielonej numeracji. Podczas wyścigu

**NIE WOLNO ZAJEŻDŻAĆ, BLOKOWAĆ PRZEJAZDU JADĄCYM SZYBCIEJ** (pod karą dyskwalifikacji). Osoba wyprzedzana powinna zjechać na prawą stronę drogi.

1. **Świadczenia**

* wszyscy uczestnicy otrzymują świadczenia na zasadach ogólnych, jako uczestnicy Zjazdu Cyklistów

1. **Nagrody**

w każdej kategorii wiekowej nagrody rzeczowe i puchary dla pierwszej trójki zawodników.