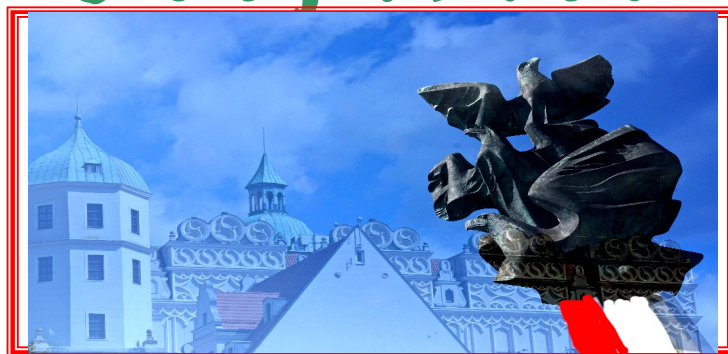


Obejdziem



SZCZECIN

z PTTK

czyli

100 km marszu
na

100 -lecie P.R.

> a także **30** km w 9 godzin <

Patronat honorowy

~~~~~  
*Danuta Borkowska*

*Krystyna i Kazimierz Wolniakowie*  
.....

spotykamy się

**25 - 26 sierpnia 2018 R.**

Program:

|            |             |                               |
|------------|-------------|-------------------------------|
| so 25 VIII | 8.00 - 9.15 | przyjmowanie uczestników      |
|            | 9.20        | przejazd na start             |
|            | 10.30       | - START MARSZU                |
| nd 26 VIII | 12.00       | spotkanie uczestników i gości |
|            |             | WRĘCZENIE DYPLOMÓW            |
|            |             | podsumowanie rajdu            |

## Organizatorzy

Regionalny Oddział Szczeciński **P T T K**

Prezes - Danuta Borkowska

### Ludzie 'setki'

Komandor rajdu - Małgorzata Mania

Piotr Mania Iwona Walińska

Krystyna Wolniak Kazimierz Wolniak

*Gościmy użycza nam:*

Centrum Edukacji Ogrodniczej

Szczecin-Zdroje

*Dyrektor Lila Pławińska*



## Z a s a d y   m a r s z u

1. Uczestnicy indywidualnie pokonują trasę zgodnie z opisem, potwierdzając **na karcie startowej** punkty kontrolne PK.  
~ PKo30, PKo50, PKo75, lotne potwierdzają sędziowie.~
  2. Trasę należy przebyć marszem, nie biegając i nie korzystając z jakichkolwiek pojazdów.
  3. Obowiązują następujące limity czasowe ( dla uczestników kończących marsz)
- |             |         |    |              |
|-------------|---------|----|--------------|
| <b>T30</b>  | - 30 km | -> | 9 g.         |
| <b>T100</b> | - 50 km | -> | 12 g.        |
|             | 75 km   | -> | 18 g.        |
|             | 100 km  | -> | 24 g.        |
| N50         | 50 km   | -> | 12 g. 30min. |
4. Uczestnicy wycofujący się powiadamiają sekretariat, przekazują kartę startową innemu uczestnikowi lub do sekretariatu do godz. 11.00.
  5. Wycofujący się i kończący T30 powracają do bazy/domu środkami komunikacji miejskiej/własnym transportem.

*Uczestnicy mają ze sobą:*

**koniecznie:** Kartę startową, znaczek rajdowy, latarkę, długopis

wysoce wskazane: opis trasy, plan miasta, mapa okolic, elementy odbłaskowe

wskazane: ochrona pdeszczowa, podstawowe opatrunki,  
zapasowa latarka, bilet/drobne na bilet kom. miejskiej

na wszelki ... : telefon + spisi tel. rajdowych

## W a r u n k i u c z e s t n i c t w a

Ze względów org-finansowych należy zgłosić uczestnictwo  
**do dnia 19. sierpnia 2018**

przesyłając na adres: ***maniap.szcin@poczta.onet.pl***

temat: setka2018

imię nazwisko miejscowość trasa ( T100/T30/N50)  
/ z w/w względów p r o s i m y o i n f. o r e z y g n a c j i z u c z e s t n i c t w a d o 1 9, 0 8 /

Uwaga ! Osoby zgł, które n i e stawiły się na start w marszach 2014-17:  
> termin zgłoszenia: 12.08.18 <

!!!!!!!!!!!!!! UWAGA uwaga u w A G a !!!!!!!!!!!!!

Z okazji 100 lecia ***Polonia Restituta***

oraz wsparciu rajdu z programu **S P O Ł E C Z N I K**



>>> nie przewiduje się wpisowego. <<<

Niepełnoletni, ukończone 16 lat >>> pisemna zgodę rodziców/opiek .  
Młodszy >>> pis. zgoda rodziców i pełnoletni. opiekun na całej trasie.

Każdy bierze udział w Rajdzie na własną odpowiedzialność i ubezpiecza się  
we własnym zakresie.

W pilnych sprawach można się zgłaszać / uzyskać informację pod tel:

ros pttk: 91 434 56 24 wt-pt (13.00-17.00) komandor: 663 635 389

***www.ros.pttk.pl***

### *Świadczenia rajdowe m.in. :*

- znaczek rajdowy
- opis trasy
- przejazd na start
- dyplom
- punkty otp
- herbata, woda mineralna: Punkt Kontrolno-  
odżywczy 30, PKo50, PKo75, meta
- ciepły posiłek typu *zalej wrzątkiem do kreski:*  
PKo50 / baza/ > dla T30 na PKo30 <



Uczestnicy, którzy zgodnie z zasadami pokonali trasę  
i zostali zweryfikowani przez komisję sędziowską

otrzymują **DYPLOM UKOŃCZENIA.**  
30km 50km 75km 100km

pozostali **DYPLOM UCZESTNICTWA.**

~~~~~  
Nasza **BAZA**
mieści się w pomieszczeniach dydaktycznych, koło sali gimnastycznej
Centrum Edukacji Ogrodniczej w Szczecinie-Zdrojach
ul. Batalionów Chłopskich 115 /róg Jarzębinowej /

Z dworca PKP **Sz-Dąbie**: A64 kier. Klucz do p. SZMARAGDOWE

Z przystanku PKP **Sz-Zdroje**: w lewo Sanatoryjna do końca, w lewo
Bat. Chłopskich (1100 m)

Z lewobrzeża: T 2,7,8 do: JaśminowaZUS,
dalej A64 (w prawo) do p. SZMARAGDOWE.
z przyst. cofamy się 60 m

.....
Inne sprawy

Zapytania, wyjaśnienia, odwołania należy składać niezwłocznie, najpóźniej
do godz. 11.30.

Na mecie proszę śledzić komunikaty komisji sędziowskiej.

W BAZIE obowiązuje obuwie zastępcze - odpoczynek w warunkach
turystycznych: w ł a s n e > karimata, śpiwór.

Jest to miejsce startu, półmetka i mety.

T30 to pierwsze 30 km T100, trasa N50 to druga połowa T100.

~~~~~  
Trasa 30 zielona została włączona do rajdu z myślą o p o c z ą t k u j ą c y ch  
piechurach, nie znających, być może, swoich możliwości, kijkarzach  
i klasykach, a także tych, co się już nachodzili, a chcieliby jeszcze raz...

Zgłoszeni na T30 mogą kontynuować marsz na ogólnych zasadach nawet do 100 km,  
natomiast zgł. na T100 n i e mogą zaliczyć T30.

M e t a T30 w dzielnicy Stołczyn

w schr. U PRYMY - Nehringa 14

~~~~~  
Trasa nocna **N50** - start z bazy ok. 20.00
.....

Finasowe wsparcie rajdu:

Program >>>> **SPOŁECZNIK**



.....
* * *

Nazwa, wzór, projekt znaczka są autorstwa: Piotr Mania (C)

W.p.z.

*Marsze długodystansowe mają w Szczecinie 40 - letnią tradycję.
Pierwszy odbył się w 1977r.
W latach 1989-2011 Złotem: Gryf Pomorski kierował kol. Marek Dzikowski.
Odbyło się też ponad 200 comiesięcznych Minimaratonów
prowadzonych przez kol. Marcina Kanciałę.*

Ale tegoroczny marsz ma charakter szczególny, bo odbędzie się w roku

100 rocznicy POLONIA RESTITUTA

Członek Drużyny Strzeleckich Marcin ROMOCKI MALICKI
tak wspomina rok 1912 w Krakowie: *Ćwiczenia w terenie odbywały się
w święta, rozpoczynały się wieczorem dnia poprzedniego, zaś powrót późnym wieczo-
rem następnego dnia. W ciągu doby maszerowaliśmy 20-30 km, a czasem 40 i więcej,
w pełnym ekwipunku, który - z krabinkiem - ważył ponad 30 kg ...* (*)

My wyruszymy na trasę bez karabinu i chlebaka z granatami, buty będą 3x lżej-
sze i 10x wygodniejsze, ale łatwo nie będzie. Może warto mieć w turystyczno-
sportowym życiorysie zapis: **w 2018 - '100' dla Niepodległej.**

a przy okazji - Obejść Szczecin !

zatem, do zobaczenia na trasie

(*) za: J.T. Nowak: Szlak Bojowy Legionów Polskich w. 2014

