

Obejdziem



SZCZECIN

z PTTK

czyli marsz

100 km *na dobę*

a także **30** km *w 9 godzin*

Patronat honorowy

~~~~~

*Danuta Borkowska*

*Krystyna i Kazimierz Wolniakowie*

.....

**spotykamy się**  
**26 - 27 sierpnia 2017 R.**

Program:

|            |             |                               |
|------------|-------------|-------------------------------|
| so 26 VIII | 8.00 - 9.20 | przyjmowanie uczestników      |
|            | 9.35        | przejazd na start             |
|            | 10.15       | - START MARSZU                |
| nd 27 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

Mirosław Maciejczyk Rafał Maciejczyk 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 + spis 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 20. sierpnia 2017**

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

temat: setka2017

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 /*

Niepełnoletni muszą mieć ukończone 16 lat i pisemną zgodę rodziców .

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      (13.00-17.00)      komandor: 663 635 389

[www.ros.pttk.pl](http://www.ros.pttk.pl)

Na miejscu startu pobierane jest wpisowe:

|            |                               |            |                                |
|------------|-------------------------------|------------|--------------------------------|
|            | trasa T30, N50                | - 25 zł    | kontynuacja > 30km: dopł. 5 zł |
|            | trasa T100                    | - 30 zł    |                                |
| Uczestnicy | O.Sz.2014 mają zniżkę         | - 20 proc. | / i tylko 20 proc/             |
|            | O.Sz.2015,2016                | 10 proc.   |                                |
|            | 100 proc. setkowicze 2015 >>> | 100 proc.  |                                |

Wszystkie rabaty t y l k o d l a z g ł o s z e ń w t e r m i n i e .

### *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 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: Basen Górniczy ,
dalej A55 do p. SZMARAGDOWE.
z p.Szmaragdowe cofamy się 60 m

.....
Inne sprawy

Zapytania, wyjaśnienia, odwołania należy składać niezwłocznie, najpóźniej
do godz. 11.00.

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 początkujących  
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

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

* * *

Nazwa, wzór, projekt znaczka są autorstwa: Piotr Mania (C)
W.p.z.

Marsze długodystansowe mają w Szczecinie 38 - letnią tradycję. Przez kilka ładnych lat Złotem Gryf Pomorski kierował kol. Marek Dzikowski.

Odbyło się też ponad 200 comiesięcznych Minimaratonów prowadzonych przez kol. Marcina Kanciałę.

Proponujemy, aby
Obejść Szczecin !
tym razem cały, aż po północne krańce
i rubieże prawobrzeża.

Trasa w znacznym stopniu została wyznaczona wzdłuż administracyjnych granic miasta.

zatem, do zobaczenia na trasie

