

Gorska reševalna služba – Društvo Ljubljana
v sodelovanju s PD Krim, VS Strahomer, VS Vrbljenje in PGD
Vrbljenje - Strahomer



16. Tek na Krim

v spomin vsem preminulim članom in pripravnikom
GRS Ljubljana



Strahomer, nedelja 26. 5. 2013

Spoštovani!

Vabimo vas, da se udeležite tradicionalnega Teka na Krim GRS Ljubljana, ki je posvečen našim preminulim tovarišem.

KDAJ? NEDELJA, 26. MAJA 2013, OB 9:30 URI

KJE? Vrbljene – Krim (štart bo na hipodromu v Vrbljenju)

KDO? ČLANI IN PRIPRAVNIKI GRS, ALPINISTI, GORSKI TEKAČI

PROGRAM

- ◆ 8.00 - 8.30 plačilo štartnine in dvig štartnih kartončkov
- ◆ 9.30 skupinski štart ekip na hipodromu v Vrbljenju
- ◆ 12.30 razglasitev rezultatov
- ◆ 13.00 malica

PRIJAVE

Izpolnjeno prijavnico pošljite do petka **24. 5. 2013** na naslov:

Jernej Lukša
Ulica Pohorskega bataljona 197a, 1000 Ljubljana
GSM: 041 984 252
e-mail: jernej.luksa@gmail.com

Štarnina za prijave znaša 20 EUR na ekipo. Plačate jo pred štartom.

Za ekipe, ki se bodo prijavile po petku (24. 5.), znaša štarnina 25 EUR.

DODATNE INFORMACIJE

Na cilju dobi vsak tekmovalec malico in majico, najhitrejši pa tudi pokale.

Dodatne informacije dobite pri vodji tekmovanja Mihi Peternelu, tel. 041 716 492.

PRIJAVNICA ZA 16. Tek na Krim GRS LJUBLJANA

EKIPA:

1. -----

2. -----

Datum:

Podpis:

TEKMOVALNA PRAVILA

1. UDELEŽENCI

- ◆ tekmovanja se lahko udeležijo pripravniki-ce in člani-ce GRZS, alpinisti in alpinistični pripravniki in gorski tekači.
- ◆ ekipo sestavljata dva tekmovalca
- ◆ organizator ne odgovarja za varnost in opremo tekmovalcev
- ◆ organizator zagotavlja prisotnost zdravnika
- ◆ vsak tekmuje na lastno odgovornost

2. OPREMA

Vsaka ekipa mora imeti naslednjo opremo:

- ◆ nahrbtnik
- ◆ povoje in trikotne rute za imobilizacijo
- ◆ komplet prve pomoči
- ◆ vratno opornico
- ◆ sredstva proti klopom
- ◆ smučarske palice niso obvezne

3. TEKMOVANJE

- ◆ tekmuje se v dveh kategorijah in sicer:
 - moški
 - ženske in mešane ekipe.
- ◆ V obeh kategorijah se tekmuje na najboljši čas. Če oba člana ekipe ne prideta skozi cilj istočasno, se upošteva čas drugega.
- ◆ Izvede se skupinski štart.
- ◆ Ekipa mora preteči progo Vrbljenja v Strahomer (310 m), potem pa po markirani poti čez Kramarco na Krim (1107 m). Merjenje časa se ustavi na vrhu Krima. Dolžina proge je 5.400 metrov, višinska razlika je 800 metrov.
- ◆ Ekipe po isti progi sestopijo nazaj v Vrbljenje. Čas sestopa se ne meri. Ekipa, ki ne sestopi peš, dobi časovni pribitek dveh minut.
- ◆ Po sestopu zdravniška komisija oceni oskrbo namišljenega ponesrečenca, ki ima nenadne bolečine v prsnem košu. Ponesrečenec je pri zavesti, pred pojavom bolečin ni utrpel poškodbe. Za oskrbo imajo na voljo komplet prve pomoči, ki so ga imeli s seboj na teku, in nahrbtnik s kisikom, ki ga dobijo pri namišljenem ponesrečencu. Za nepravilno oskrbo ponesrečenca ali nepopolno opremo dobi ekipa časovni pribitek ene minute.
- ◆ Časovna omejitev za vse ekipe za vzpon in sestop skupaj je 3 ure.

4. ZAKLJUČEK

- ◆ okrog 12:30 ure bo razglasitev rezultatov, po razglasitvi bo malica za vse sodelujoče.

Organizator ima pravico spremeniti progo ali pravila, če s tem zagotovi večjo varnost nastopajočih.

Načelnik GRS Ljubljana:
Brane Žorž

Vodja tekmovanja:
Miha Peternel

Višinski profil proge:

