Kolarski Wjazd i Bieg GÃ³rski "Kowary - Okraj" 2016 juÅ¼ za tydzieÅ„!

10.8.2016
Zapraszamy miÅ‚oÅ›ników biegania i "jazdy na dwóch kóÅ‚kach" do Kowar. Informujemy, Å¼e trwajÄ… zapisy na tegoroczn
zawodów sportowych o "Puchar Ducha Gór". O zwyciÄ™stwo na trasie Kowary - PrzeÅ‚Ä™cz Okraj walczyÄ‡ bÄ™dÄ… kolarz
szosowej i MTB oraz miÅ‚oÅ›nicy biegów górskich. Serdecznie zapraszamy do wziÄ™cia udziaÅ‚u w naszym najwiÄ™kszym
sportowym wydarzeniu roku. Zawody odbÄ™dÄ… siÄ™ w 15 sierpnia 2016 r. (w poniedziaÅ‚ek).

Uczestnicy majÄ… do pokonania na kilkunastokilometrowej trasie 600 metrowÄ… róÅ¼nicÄ™ wzniesieÅ„. Mimo duÅ¼ej skali
trudnoÅ›ci ogromna wiÄ™kszoÅ›Ä‡ zawodników dojeÅ¼dÅ¼a / dobiega do mety na PrzeÅ‚Ä™czy Okraj (1046 m.. n.p.m.) w
doskonaÅ‚ych humorach.
Co roku przy okazji Kolarskiego Wjazdu "Kowary- Okraj", by podkreÅ›liÄ‡ wieloletnie tradycje rowerowych imprez na
naszym terenie, odsÅ‚aniane sÄ… kolejne tablice w "Galerii SÅ‚aw Kolarstwa Polskiego". W tym roku chcemy upamiÄ™tniÄ‡
Janusza Macelucha - przedwczeÅ›nie zmarÅ‚ego byÅ‚ego zawodnika i twórcÄ™ Kolarskiego WyÅ›cigu "BaÅ‚tyk-Karkonosze To

Zainteresowanych udziaÅ‚em w imprezie prosimy o zapoznanie siÄ™ z regulaminami. Zapisy na stronie www.kowary.pl
Program wydarzenia: godz. 9:30 - start wspólny biegu górskiego
godz. 11.00 - start wspólny wjazdu MTB
godz: 11:10 - start pierwszego zawodnika do jazdy indywidualnej na trasie szosowej
godz. 11.30 - planowane przybycie na metÄ™ ostatniego zawodnika biegu
od godz. 13.00 - ogÅ‚oszenie wyników i rozdanie nagród w biegu oraz losowanie nagrody wÅ›ród wszystkich zawodników, któr
ukoÅ„czyli trasÄ™ zawodów
od godz. 14:00 - ogÅ‚oszenie wyników i rozdanie nagród w MTB
godz. 14.30 - wjazd ostatniego zawodnika na PrzeÅ‚Ä™cz Okraj
godz. 15:30 - ogÅ‚oszenie wyników i rozdanie nagród wyÅ›cigu kolarskiego oraz losowanie nagrody wÅ›ród wszystkich
zawodników, którzy ukoÅ„czyli trasÄ™ zawodów
godz. 16:30 - zakoÅ„czenie zawodów Organizatorzy zawodów:
Gmina Miejska Kowary, Gmina Malá Úpa, ZwiÄ…zek Gmin Karkonoskich, Stowarzyszenie PRO-Kowary, kowarscy
miÅ‚oÅ›nicy biegów górskich.

* * * * * * * * * * *

XIX Kolarski Wjazd "Kowary - Okraj"
Zapraszamy miÅ‚oÅ›ników jazdy po górach do Kowar!
15 sierpnia kaÅ¼dego roku odbywa siÄ™ tu najwiÄ™ksze sportowe Å›wiÄ™to miasta - Kolarski Wjazd "Kowary - Okraj"
przeznaczony zarówno dla amatorów, jak i reprezentantów klubów spor-towych. Do wyboru dwie trasy: SZOSA i MTB.
Podejmijcie wyzwanie morderczej wspinaczki z centrum Kowar na wysokoÅ›Ä‡ ponad tysiÄ…ca metrów do malowniczo
poÅ‚oÅ¼onej karkonoskiej PrzeÅ‚Ä™czy Okraj!

Kilka sÅ‚ów o XIX Kolarskim WjeÅºdzie "Kowary - Okraj":
DÅ‚ugoÅ›Ä‡ trasy: SZOSA ok. 12,5 km, MTB ok. 11 km.
Start: Kowary, ul. JagielloÅ„czyka (wysokoÅ›Ä‡: 480 m n.p.m.).
Meta: PrzeÅ‚Ä™cz Okraj (wysokoÅ›Ä‡: 1040 m. n.p.m.).
Nawierzchnia: asfaltowa (100% SZOSA i 12% MTB), szutrowo-gruntowa (88% MTB).
Uwaga w tym roku zostaÅ‚a zmieniona trasa MTB!
Ze wzglÄ™du na ochronÄ™ przyrody w KPN w zawodach moÅ¼e wziÄ…Ä‡ udziaÅ‚, max. 200 osób na trasie MTB.

Informacje organizacyjne:
ImprezÄ™ organizuje Miasto Kowary wspólnie z GminÄ… Mala Upa, ZwiÄ…zkiem Gmin Karkonoskich, Stowarzyszeniem PRO
Kowary oraz miejscowymi wolontariuszami. WiÄ™cej informacji uzyskaÄ‡ moÅ¼na w Biurze Organizacyjnym (Referat
Promocji UrzÄ™du Miejskiego w Kowarach, tel. 75 64 39 229, e-mail: turystyka@kowary.pl.

Informacje praktyczne:
Regulamin kolarskiego
wjazdu: http://www.kowary.pl/public/fckeditor/files/file/Regulamin%20Wjazd%20Na%20Okraj%202016.pdf
Mapa Trasy: http://www.kowary.pl/public/fckeditor/files/file/mapa%202016.pdf

Profil wysokoÅ›ciowy trasy MTB: https://www.strava.com/segments/12593948
Formularz zapisów: http://zapisy.ultimasport.pl/204
WiÄ™cej informacji na stronie: http://www.kowary.pl/pl/imprezy/xix-kolarski-wjazd-oraz-iii-bieg-gorski-kowary-okraj-384
Kolarski Wjazd "Kowary - Okraj" fot. A. Weinke
Trasa - SZOSA:
Jazda dobrze znanymi wszystkim zawodnikom kowarskimi ulicami: JagiellоÅ„czyka, LeÅ›na, Pocztowa, Aleja WolnoÅ›ci, Rejtana nie jest przesadnie mÄ™czÄ…ca. Podjazd zaczyna siÄ™ dopiero przy wyjeÅºdzie z miasta na drodze wojewódzkiej nr 367. Na PrzeÅ‚Ä™czy Kowarskiej skrÄ™camy w prawo w drogÄ™ nr 368. Od RozdroÅ¼a Kowarskiego droga zaczyna robiÄ‡ s wÄ™Å¼sza i bardziej krÄ™ta. AÅ¼ do PrzeÅ‚Ä™czy Okraj jedziemy pod górÄ™ ale im bliÅ¼ej mety tym widoki sÄ… ciekawsz PrzeÅ‚Ä™czy mijamy granicÄ™ paÅ„stwa (najwyÅ¼szy punkt trasy - 1046 m n.p.m.)i zjeÅ¼dÅ¼amy jeszcze okoÅ‚o 250 metró parking w pobliÅ¼u Infocentrum czeskiej wioski Mala Upa. Tu koÅ„czy siÄ™ nasz wyÅ›cig.

Trasa - MTB:
Startujemy z ulicy JagiellоÅ„czyka, nastÄ™pnie wjeÅ¼dÅ¼amy ostro w górÄ™ w ulicÄ™ LeÅ›nÄ…. To pierwszy z trudnych po DodatkowÄ… trudnoÅ›ciÄ… jest fakt, Å¼e asfaltowa nawierzchnia za przejazdem kolejowym jest mocno zniszczona. Przy drewnianej wiacie (1 kilometr drogi) skrÄ™camy w lewo i wjeÅ¼dÅ¼amy w wyremontowanÄ… w minionym roku szutrowÄ… Å» DrogÄ™. Po nastÄ™pnych 3 kilometrach skrÄ™camy w prawo przy tzw. Wysepce, a za 1,5 kilometra w lewo. W ten sposób dojeÅ¼dÅ¼amy do RozdroÅ¼a przy BiaÅ‚ym Å¹ródle (lub tzw. Gwiazdy) - 6,2 km trasy. W tym miejscu sielanka siÄ™ niestety koÅ„czy. Do tej pory droga byÅ‚a gÅ‚adka jak stóÅ‚, nie liczÄ…c przepustów na deszczówkÄ™. Od RozdroÅ¼a przy BiaÅ‚ym Å¹ zaczynajÄ… siÄ™ przysÅ‚owiowe schody. Podjazd w kierunku Góry WoÅ‚owej dla nikogo nie bÄ™dzie prosty. Droga jest nieró kamienista i ciÄ…gnie siÄ™ niebÅ‚aganie pod górÄ™. Jest to tzw. szlak zrywkowy, a co za tym idzie niewyremontowany. Na 8,2 skrÄ™camy w lewo w tzw. TabaczanÄ… ÅšcieÅ¼kÄ™ (zielony szlak pieszy) i tym samym opuszczamy goÅ›cinne NadleÅ›nictw "ÅšnieÅ¼ka" wkraczajÄ…c do Karkonoskiego Parku Narodowego. Droga od tego momentu jest wÄ™Å¼sza i wcale nie Å‚atwiejsza do pokonania. W okolicach 9 km znajdziemy siÄ™ w najwyÅ¼szym punkcie trasy - 1127 m n.p.m. Podziwiajmy piÄ™kne widoki Karkonoszy. A potem bÄ™dzie juÅ¼ z górki aÅ¼ do mety na wysokoÅ›ci 1040 m n.p.m., co nie oznacza, Å¼e Å‚atwiej. ZjeÅ¼dÅ¼ajÄ…c trzeba przede wszystkim uwaÅ¼aÄ‡ na przepusty wodne, które pojawiajÄ… siÄ™ raz na jakiÅ› czas caÅ‚Ä… szerokoÅ›Ä‡ drogi. Na PrzeÅ‚Ä™czy Okraj skrÄ™camy w prawo w asfaltowÄ… szosÄ™. Przekraczamy jeszcze przejÅ i zjeÅ¼dÅ¼amy 250 metrów na parking w pobliÅ¼u Infocentrum w czeskiej wiosce Mala Upa. Tu koÅ„czy siÄ™ nasz wyÅ›cig.

* * * * * * * * * * *

III Bieg Górski "Kowary - Okraj"
Zapraszamy miÅ‚oÅ›ników biegania po górach do Kowar!
15 sierpnia kaÅ¼dego roku odbywa siÄ™ tu najwiÄ™ksze sportowe Å›wiÄ™to miasta - Bieg Górski "Kowary - Okraj" przeznacz dla osób peÅ‚noletnich - zarówno amatorów, jak i reprezentantów klubów sportowych. Celem naszych zawodów jest przede wszystkim promowanie aktywnego trybu Å¼ycia.

Kilka sÅ‚ów o III Biegu Górskim "Kowary - Okraj":
DÅ‚ugoÅ›Ä‡ trasy: ok. 11 km. Start wspólny.
Start: Kowary, ul. JagiellоÅ„czyka (wysokoÅ›Ä‡: 480 m n.p.m.).
Meta: PrzeÅ‚Ä™cz Okraj (wysokoÅ›Ä‡: 1040 m. n.p.m.).
RóÅ¼nica wzniesieÅ„ na trasie: 560 m.
Nawierzchnia: asfaltowa (12%), szutrowo-gruntowa (88%).
Uwaga w tym roku zostaÅ‚a zmieniona trasa Biegu Górskiego!
Ze wzglÄ™du na ochronÄ™ przyrody w Karkonoskim Parku Narodowym w zawodach moÅ¼e wziÄ…Ä‡ udziaÅ‚, max. 200 osó

Informacje organizacyjne:
ImprezÄ™ organizuje Miasto Kowary wspólnie z GminÄ… Mala Upa, ZwiÄ…zkiem Gmin Karkonoskich, Stowarzyszeniem PRO Kowary oraz miejscowymi miÅ‚oÅ›nikami biegów. WiÄ™cej informacji uzyskaÄ‡ moÅ¼na w Biurze Organizacyjnym (Referat Promocji UrzÄ™du Miejskiego w Kowarach, tel. 75 64 39 229, e-mail: turystyka@kowary.pl.

Informacje praktyczne:
Regulamin biegu górskiego: http://www.kowary.pl/public/fckeditor/files/file/Regulamin%20bieg%20g%C3%B3rski%20Kowary%20-%20Okraj%202016.pdf
Mapa Trasy: http://www.kowary.pl/public/fckeditor/files/file/mapa%202016.pdf
Profil wysokoÅ›ciowy trasy biegu górskiego: https://www.strava.com/segments/12593948
Formularz zapisów: http://zapisy.ultimasport.pl/205
WiÄ™cej informacji na stronie: http://www.kowary.pl/pl/imprezy/xix-kolarski-wjazd-oraz-iii-bieg-gorski-kowary-okraj-384
Bieg Górski "Kowary - Okraj" fot. T. Augustyniak
Trasa - BIEG GÓRSKI:
Startujemy z ulicy JagiellоÅ„czyka, nastÄ™pnie wbiegamy ostro w górÄ™ w ulicÄ™ LeÅ›nÄ…. To pierwszy z trudnych podbieg DodatkowÄ… trudnoÅ›ciÄ… jest fakt, Å¼e asfaltowa nawierzchnia za przejazdem kolejowym jest mocno zniszczona. Przy drewnianej wiacie (1 kilometr drogi) skrÄ™camy w lewo i wbiegamy w wyremontowanÄ… w minionym roku szutrowÄ… Å»óÅ‚tÄ

DrogÄ™. Po nastÄ™pnych 3 kilometrach skrÄ™camy w prawo przy tzw. Wysepce, a za 1,5 kilometra w lewo. W ten sposób dojeÅ¼dÅ¼amy do RozdroÅ¼a przy BiaÅ‚ym Å¹ródle (lub tzw. Gwiazdy) - 6,2 km trasy. W tym miejscu sielanka siÄ™ niestety koÅ„czy. Do tej pory droga byÅ‚a gÅ‚adka jak stóÅ‚, nie liczÄ…c przepustów na deszczówkÄ™. Od RozdroÅ¼a przy BiaÅ‚ym Å¹ zaczynajÄ… siÄ™ przysÅ‚owiowe schody. Podbieg w kierunku Góry WoÅ‚owej dla nikogo nie bÄ™dzie prosty. Droga jest nieró kamienista i ciÄ…gnie siÄ™ niebÅ‚aganie pod górÄ™. Jest to tzw. szlak zrywkowy, a co za tym idzie niewyremontowany. Na 8,2 skrÄ™camy w lewo w tzw. TabaczanÄ… ÅšcieÅ¼kÄ™ (zielony szlak pieszy) i tym samym opuszczamy goÅ›cinne NadleÅ›nictw "ÅšnieÅ¼ka" wkraczajÄ…c do Karkonoskiego Parku Narodowego. Droga od tego momentu jest wÄ™Å¼sza i wcale nie Å‚atwiejsza do pokonania. W okolicach 9 km znajdziemy siÄ™ w najwyÅ¼szym punkcie trasy - 1127 m n.p.m. Podziwiajmy piÄ™kne widoki Karkonoszy. A potem bÄ™dzie juÅ¼ z górki aÅ¼ do mety na wysokoÅ›ci 1040 m n.p.m., co nie oznacza, Å¼e Å‚atwiej. ZbiegajÄ…c trzeba przede wszystkim uwaÅ¼aÄ‡ na przepusty wodne, które pojawiajÄ… siÄ™ raz na jakiÅ› czas prze szerokoÅ›Ä‡ drogi. Na PrzeÅ‚Ä™czy Okraj skrÄ™camy w prawo w asfaltowÄ… szosÄ™. Przekraczamy jeszcze przejÅ›cie gran zbiegamy 250 metrów na parking w pobliÅ¼u Infocentrum w czeskiej wiosce Mala Upa. Tu koÅ„czy siÄ™ nasz wyÅ›cig.