

[2015-10-17] I Ultramaraton Nartorolkowy 140 km (70 km)

Autor: Szklarz - 08/03/2015 11:02

Zapraszamy do dzielenia się wnioskami, zadawania pytań organizatorowi itp.

=====

Odp: [2015-10-17] I Ultramaraton Nartorolkowy 140 km (70 km)

Autor: Hayclock - 08/17/2015 12:49

Jasne, że kusząca... ☺

jasne dla tych spośród sportowców-amatorów, który umieją, mogą i chcą stawiać sobie bardziej ambitne cele. Najlepiej takie, które są wyzwaniem dla samego siebie i nie są do osiągnięcia dla większości pozostałych...W tym przypadku nie dla forsy, błysków fleszy czy dętej pseudopoulności.

Dla siebie i dla sportu. Po prostu.

Dodatkowym i wyjątkowym smaczkiem jest ten pierwszy raz! Tylko raz bowiem traci się dziewictwo i tylko raz młódzieniec zmienia się w mężczyznę ☺
Dlatego, różne rzeczy ludzie zapominają ale nie pierwszego razu...

I Ultramaraton Nartorolkowy 140 km / I Maraton Nartorolkowy 70 km

Pierwszy.

W związku z tym organizator przewiduje oprócz nagród i dyplomów (na pewno będą m. in. nartorolki oraz markowe akcesoria/dodatki) także wpis do Wikipedii tytułem pierwszej w historii Polski imprezy sportowej na dystansie maratonu i ultramaratonu nartorolkowego z podaniem nazwisk uczestników (za ich wiedzą) plus zdjęcia. Wpis zostanie opracowany także w wersji angielskojęzycznej.

Gumiś, ad rem w aspekcie techniczno-wytrzymałościowym:

1. Bieg na Skike z oponami pompowanymi to rzeczywiście wielkie, by nie rzec, ogromne wyzwanie na 140 km Ale już dystans maratoński - wszak nie byle jaki - jest 2-krotnie krótszy. Ile znasz osób / o ilu słyszałeś, które tego dokonały? Czy czujesz, że jest w Twoim zasięgu? Odpowiedź znasz.

2. Do Skike możesz zamówić komplet szybkowymiennych - jak wiesz - kół PU...i śmigasZ! Wytrwałe treningi i budowanie siły na "luftach" daje świetne rezultaty na PU.

3. Niewykluczone zatem, że

a) przyjedziesz z zamiarem ukończenia maratonu 70 km na "pompowanych" i zaliczasz jako zawody lub

b) od początku pojedziesz na PU i po zaliczeniu maratonu decydujesz się na kontynuację biegu tj.

wchodzisz w ultra.

Warunek: startujemy i kończymy na tym samym sprzęcie (w sensie kategorii/kół).

Niebawem regulamin zawodów.

W razie dalszych pytań jestem do dyspozycji,

Pozdrawiam

=====

Odp: [2015-10-17] I Ultramaraton Nartorolkowy 140 km (70 km)

Autor: Hayclock - 08/29/2015 14:59

Dziś "przetarcie" przed imprezą, 70 km na trasie naszego biegu.

Skike z kołami PU, dane z pulsometru: 4h23min., HR max 171 (90%), HR avg 149 (79%), 3327 kcal wytopionego smalcu.

Rok temu o tej porze nie wiedziałem jeszcze, że w ogóle kupię sprzęty. W listopadzie nie umiałem na nich jeszcze dobrze stać.

Mam nadzieję, że informacja będzie przydatna dla rozważających start, zwłaszcza dla tych, których technika stoi na dużo wyższym poziomie od mojego.

Pozdrawiam

=====

Odp: [2015-10-17] I Ultramaraton Nartorolkowy 140 km (70 km)

Autor: Gumiś - 08/31/2015 23:17

No kolego podnosisz poprzeczkę brawo ! Ja w razie czego wezmę kawałek linki, przy kryzysie może kto mnie podholuje 🙄

=====

Odp: [2015-10-17] I Ultramaraton Nartorolkowy 140 km (70 km)

Autor: Hayclock - 09/01/2015 18:43

Nie bądź taki skromny...

Ja na pompowanych jeszcze nie zrobiłem treningowych 50 km w upale 🤔

Pozdrawiam

=====

Odp: [2015-10-17] I Ultramaraton Nartorolkowy 140 km (70 km)

Autor: Hayclock - 09/02/2015 11:04

Dzień dobry!

Z radością przyjąłem akces połowy uczestników już w pierwszym dniu zapisów!

Szczególnie cieszy zgłoszenie Izabeli Kłosowskiej, Wicemistrzyni Polski w maratonie MTB.

Iza, jako inicjator mam nadzieję, że sprawisz sportowe manto niejednemu uczestnikowi.

Jako uczestnik....upss...co to ja chciałem...to może pójde przesmarować łożyska?



Wahającym się jeszcze "wybieganym" chciałbym powiedzieć, że jest całkiem sporo czasu na przebiegnięcie testowych 40-50 km i wzięcie udziału w Maratonie 70 km

Pozdrawiam

=====

Odp: [2015-10-17] I Ultramaraton Nartorolkowy 140 km (70 km)

Autor: Hayclock - 09/03/2015 18:04

Informacja dla uczestników odn. zakwaterowania: dzwoniłem do jednego z podanych w zaproszeniu hoteli aby załatwić specjalny rabat od cen standardowych dla startujących w naszym biegu (po okazaniu uzgodnionego hasła). Okazało się, że hotel ma zaplanowane na ten weekend rezerwacje prawie w 100% i "proszę dzwonić 15.10.2015 czy w ogóle będą wolne miejsca", o rabacie nie wspominając. W październiku, jak się okazuje, jest całkiem spory ruch w interesie.

Moja rada: rezerwujcie teraz, odkładając na możliwie ostatnią chwilę wpłatę zaliczki.

Dzięki temu unikniecie szukania w ostatnim momencie lokalizacji najtańszych, najdroższych i niekoniecznie dogodnych lokalizacyjnie.

Pozdrawiam

=====