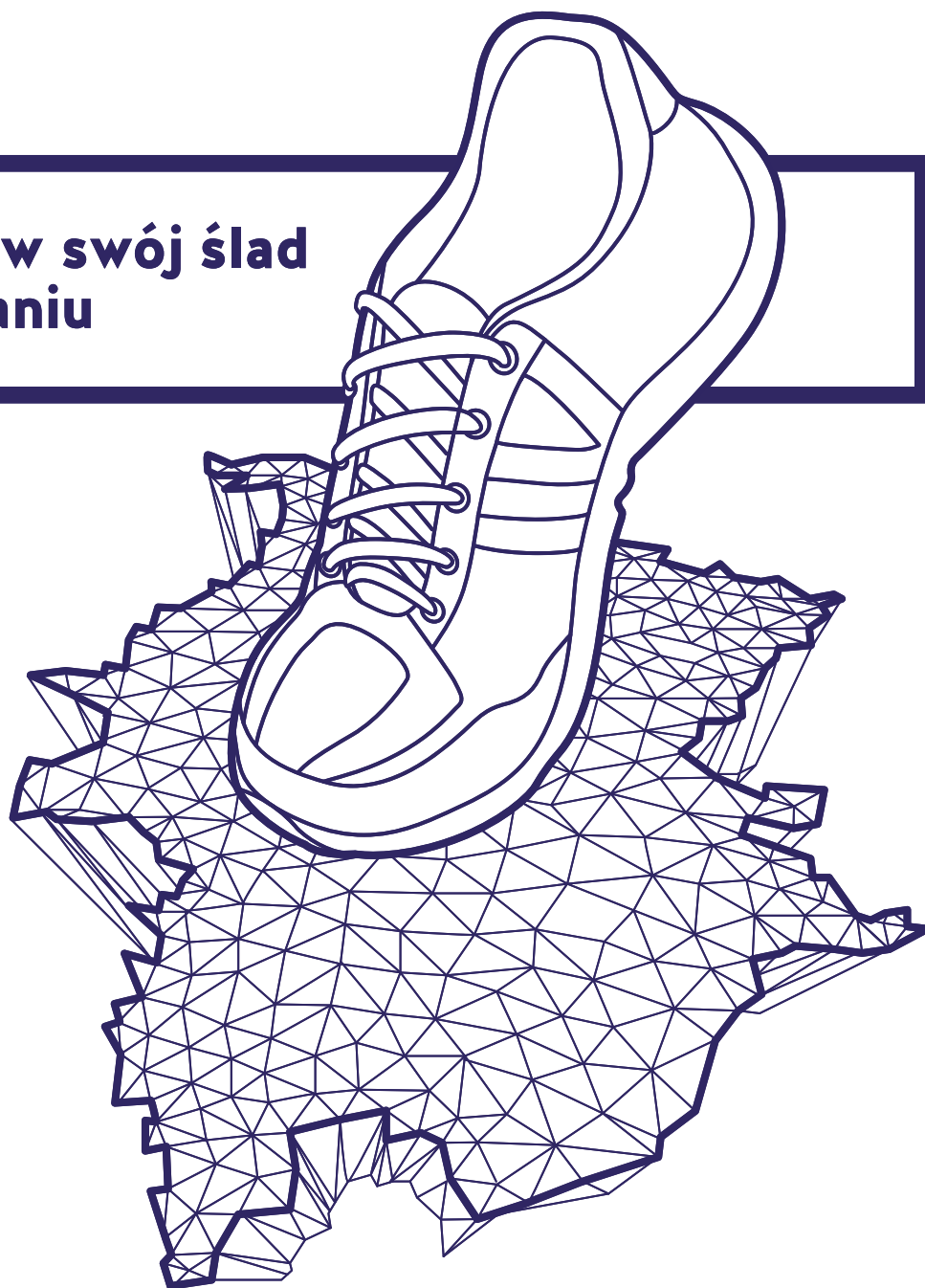


9. PKO

POZnań*
PÓŁMARATON

17
.04
.2016

**Pozostaw swój ślad
w Poznaniu**



MANUAL

DLA ZAWODNIKÓW

INFORMACJE OGÓLNE



Odbiór pakietów startowych

Pakiety startowe będą wydawane w Biurze zawodów:

Międzynarodowe Targi Poznańskie (MTP)

Hala nr 3, wejście od Holu Wschodniego, ul. Głogowska 14, Poznań

Uwaga! W dniu 15.04.2016 w godz. 10:00 - 16:00 wejście oraz wjazd na teren MTP od ul. Śniadeckich nie będzie możliwe.

- 15.04.2016 (piątek) w godz. 10:00 – 20:00
- 16.04.2016 (sobota) w godz. 10:00 – 20:00

W dniu biegu, 17 kwietnia, Biuro Zawodów będzie nieczynne!

Jeżeli ktoś nie może osobiście odebrać pakietu startowego, wystarczy że przekaże **podpisaną przez siebie** kartę startową osobie, która odbierze pakiet za niego.



Karta startowa

Znajduje się na profilu każdego zarejestrowanego zawodnika. Aby pobrać kartę startową należy:

1. **Zalogować się na swoim koncie:** <http://halfmarathon.poznan.pl/panel/>. Jeżeli ktoś nie pamięta hasła, wystarczy kliknąć w **przypomnij hasło**, system automatycznie wygeneruje nowe, które zostanie wysłane na adres e-mail podany w zgłoszeniu.
2. **Kliknąć w link karta startowa.**
3. Karta startowa zapisana jest w formacie pdf, wystarczy ją zapisać na swoim komputerze, a następnie **otworzyć i wydrukować**.
4. W karcie startowej znajdują się m.in. dane osobowe, informacje o wydawaniu numerów startowych oraz oświadczenie, które stanowi zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz potwierdzenie, że nie ma przeciwwskazań zdrowotnych do startu Półmaratonie.
5. **Z podpisaną kartą** można odebrać pakiet startowy.



Bezpłatny nocleg w terminie: 16.04.2016 – 17.04.2016

Przygotowano w halach sportowych na ulicy Chwiałkowskiego 34 w Poznaniu:

- Hala „A” – otwarta od godz. 18.00
- Hala „B” – otwarta od godz. 20.00

Organizator nie zapewnia materacy i śpiworów!

Zawodników korzystających z bezpłatnego noclegu na start zawiozą podstawione przez Organizatora autobusy. Godziny odjazdu: 07:00 i 08:00.



Pasta Party

Bon na Pasta Party znajdować się będzie w pakiecie startowym. Uprawnia on do bezpłatnego skorzystania z posiłku.

16.04.2016 (sobota) w godz. 12:00 – 20:00
MTP, hala nr 3, wejście od Holu Wschodniego
ul. Głogowska 14, Poznań



Poznań Sport Expo

MTP, hala nr 3, wejście od Holu Wschodniego
ul. Głogowska 14, Poznań

- 15.04.2016 (piątek) w godz. 10:00 – 20:00
- 16.04.2016 (sobota) w godz. 10:00 – 20:00
- 17.04.2016 (niedziela) w godz. 07:00 – 13:00



Dojazd

KOMUNIKACJA MIEJSKA

Polecamy dojazd na start komunikacją miejską. Informacje na temat rozkładu jazdy, cen biletów oraz mapy linii tramwajowych i autobusowych można znaleźć na stronie internetowej Zarządu Transportu Miejskiego w Poznaniu: www.ztm.poznan.pl Prosimy o dokładne sprawdzenie aktualnego rozkładu jazdy przed planowaną podróżą!

Polecamy również wyszukiwarkę połączeń i rozkład jazdy komunikacji miejskiej: <http://poznan.jakdojade.pl/>



Prelekcje dla biegaczy

16.04.2016 (sobota) w godz. 14:00 – 17:00
MTP, hala numer 3, wejście od Holu Wschodniego
Sala zielona (piętro 1)

Szczegółowy program:
<http://halfmarathon.poznan.pl/strefa-zawodnika/program/>



Parkingi

CENTRUM HANDLOWE - CITY CENTER

Parking dwupoziomowy (lit. A, B) wewnętrzny.

Liczba miejsc: 400.

Czynny w godzinach otwarcia centrum.

Wjazd na parking wewnętrzny znajduje się po prawej stronie przed wjazdem na rampę zewnętrzną.

Parking trypoziomowy (lit. C, D, E) zewnętrzny.

Parking nad peronami 1, 2, 3.

Liczba miejsc: 1000.

Parking czynny 24h / dobę.

Wjazd na parking zewnętrzny odbywa się rampą parkingową, trypasmową, biegnącą wokół budynku centrum.

Opłata za parkowanie w CITY CENTER:

- 9 zł za 6 godzin parkowania
- każda następna rozpoczęta godzina - 4 zł

Aby skorzystać ze zniżki, należy okazać numer startowy wraz z kartą parkingową w Biurze Parkingu lub punkcie informacyjnym Centrum zaraz po wjeździe i zaparkowaniu samochodu lub przed opłaceniem karty w kasie parkingowej na koniec pobytu.

Punkt informacyjny PCC znajduje się na parterze przy wyjściu na Dworzec PKS.

Biuro parkingu PCC firmy eVend znajduje się na parkingu C przy wjazdach i wyjazdach.

PARKING NA TERENIE MIĘDZYNARODOWYCH TARGÓW POZANAŃSKICH

Czynny wyłącznie w dniu Półmaratonu 17.04.2016r.

Liczba miejsc: 300

Wjazd od ul. Śniadeckich (brama nr 1)

Cennik: 20 zł za dzień parkowania

PARKING PRZY ULICY MATEJKI 63

Czynny 24 h.

Oddalony ok. 350 metrów od MTP

Cennik: 4 zł za godzinę parkowania dla samochodów osobowych

PARKING PRZY PLACU WOLNOŚCI – Auto-Park Poznań Sp. z o.o.

Czynny 24 h.

Oddalony ok. 2 km od MTP

Cennik:

- 21 zł za 7 godzin parkowania
- 24 zł za 8 godzin parkowania
- 27 zł za 9 godzin parkowania

Pełen cennik:

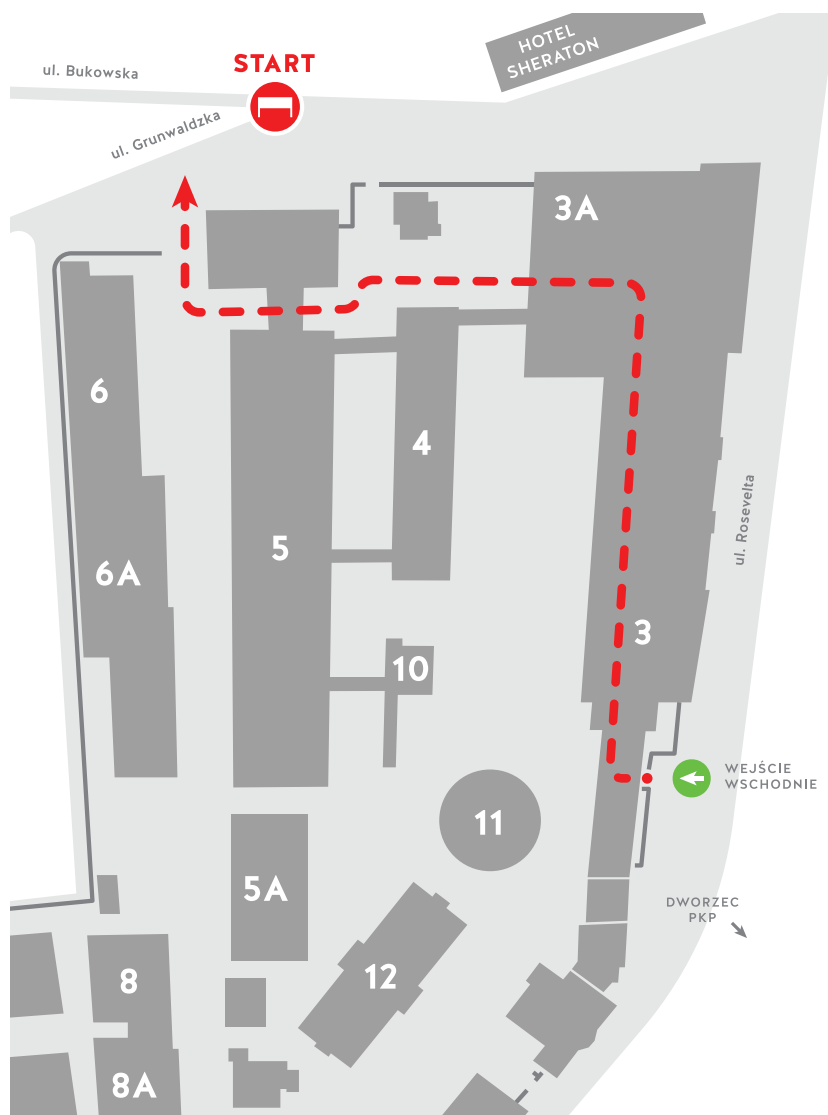
<http://www.parkingpodziemny.pl/cennik/>



Droga na start dla zawodników korzystających z szatni i depozytu w pawilonie 3A

17.04.2016, ul. Grunwaldzka

Start godz. 09.00



Szatnie / Depozyty

- szatnie będą znajdowały się w hali 3A
- zawodnicy oddają rzeczy zapakowane w worki z naklejonymi numerami startowymi od godz. 7:15
- wydawanie worków odbywać się będzie za okazaniem numeru startowego
- zgubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia Organizatora z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę
- za rzeczy nie oddane do szatni Organizator nie odpowiada
- Organizator nie odpowiada za ubrania uczestników pozostawione w strefie startu

PAMIĘTAJ, aby zabrać ze sobą worek do szatni, który otrzymałeś w pakiecie startowym.



Toalety

Toalety zlokalizowane będą w strefie startu, na trasie (w okolicy punktów żywieniowych), w strefie mety (stałe - w halach 3 i 3A) oraz na Placu Marka (kabiny przenośne).



Strefy startowe

Dla umożliwienia uczestnikom komfortowego rozpoczęcia biegu, strefa startu została podzielona na następujące strefy: AA, A, B, C, D, F. Wprowadzamy też start falowy, który odbędzie się wg. kolejności:

I fala: Strefa AA ,A, B

II fala: Strefa C

III fala: Strefa D

IV fala: Strefa E, F

Oznaczenie swojej strefy każdy z zawodników znajdzie na numerze startowym w formie kolorowego paska. Wejście do stref odbywać się będzie na podstawie numeru startowego. Kolejność stref na linii startu:



LEGENDA / LEGEND:



START
Start line



ZAWODNICY Z NUMERAMI STARTOWYMI OD 1 DO 100
Runners with Bib numbers 1-100



ZAWODNICY Z CZASEM PONIŻEJ 1h 30m
Runners with times under 1h 30m



ZAWODNICY Z CZASEM 1h 30m - 1h 39m
Runners with times 1h 30m - 1h 39m



ZAWODNICY Z CZASEM 1h 40m - 1h 49m
Runners with times 1h 40m - 1h 49m



ZAWODNICY Z CZASEM 1h 50m - 1h 59m
Runners with times 1h 50m - 1h 59m



ZAWODNICY Z CZASEM 2h 00m - 2h 14m
Runners with times 2h 00m - 2h 14m



ZAWODNICY Z CZASEM 2h 15m - 3h 00m
Runners with times 2h 15m - 3h 00m



WEJŚCIE NA TEREN STREFY
Entrance to the zone



Trasa

Trasa półmaratonu:

<http://halfmarathon.poznan.pl/strefa-zawodnika/trasa/>

Nie śmieć na trasie! Wrzuć odpadki do oznakowanych pojemników, które znajdować się będą za każdym punktem żywieniowym.



Punkty odżywcze

Będą znajdowały się co ok. 5 km. Stoły na punktach żywieniowych rozstawione będą w kolejności:

- pierwszy – pojemnik z wodą do gąbek
- drugi – woda
- trzeci – cukier, czekolada
- czwarty – napój izotoniczny
- piąty – woda

Dodatkowo punkt żywieniowy na 15 kilometrze zostanie wyposażony w banany, a na 17 kilometrze będzie znajdował się tylko punkt z wodą.



Pacemakerzy

Jak co roku, wymarzony czas pomogą biegaczom uzyskać pacemakerzy. Będzie 8 zespołów pacemakerów, prowadzących na następujące czasy netto: **1:30, 1:35, 1:40, 1:45, 1:50, 1:55, 2:00, 2:15** (liczone od przebiegnięcia linii startu). Aby dołączyć do grupy, wystarczy ustawić się obok wybranego „zająca” na starcie. Każdy z pacemakerów będzie ubrany w charakterystyczną koszulkę i będzie miał przyczepiony kolorowy balonik.



Zmiany w komunikacji miejskiej

Informujemy, że w dniu 17.04.2016 na trasie półmaratonu zamknięty będzie ruch wzdłużny. Trasa biegu zostanie zamknięta dla ruchu kołowego w godzinach od 8:30 do 12:00.

Na poszczególnych odcinkach trasa będzie otwierana dla zmotoryzowanych (tzw. śluzy), a jej całkowite otwarcie nastąpi po przebiegnięciu ostatniego uczestnika półmaratonu. Zmianie ulegną również rozkłady jazdy niektórych linii autobusowych i tramwajowych.

Szczegółowe informacje na temat trasy i śluz znajdują się na stronie internetowej: www.halfmarathon.poznan.pl w zakładce TRASA.

PO BIEGU



Wyniki

Wyniki **nieoficjalne** zostaną zamieszczone na stronie www.halfmarathon.poznan.pl - bezpośrednio po biegu.

Wyniki **oficjalne** zostaną zamieszczone na stronie www.halfmarathon.poznan.pl w ciągu 30 dni po uzyskaniu ostatecznego protokołu Komisji do Zwalczania Dopingu w Sporcie.



Strefa odżywiania na mecie

Wszyscy uczestnicy półmaratonu mogą po biegu skorzystać z:

- zimnych napoi – woda, izotonik, piwo
- ciepłego napoju – herbata
- ciepłego posiłku – danie makaronowe
- posiłku regeneracyjnego – czekolada, cukier, banany, jabłka, pomarańcze

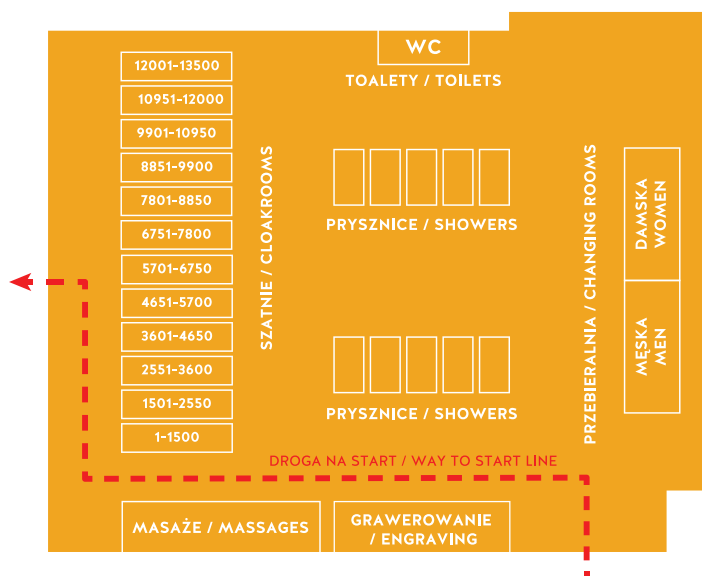


Pamiętaj oddać swojego chipa! Chipy należy zostawić w jednym z kilku rozstawionych namiotów firmy STS - Timing, które zlokalizowane będą przy wyjściach ze ścisłej strefy mety.



Strefa odświeżania na mecie

Wszyscy uczestnicy półmaratonu mogą po biegu skorzystać z bezpłatnych masażu i natrysków w hali 3A.



Personalizacja medali w niedzielę 17 kwietnia

Na rewersie medalu można wygrawerować swoje imię i osiągnięty czas. Medale graweruje firma Technika / Aerotechnika. Punkt personalizacji medali znajdować się będzie w hali 3A. Koszt usługi: 25 zł.



Foto

Specjalnie dla biegaczy, fotografowie serwisu fotomaraton.pl będą wykonywali zdjęcia w wielu punktach na trasie oraz mecie. Już kilka dni po biegu, zdjęcia będzie można znaleźć na stronie www.fotomaraton.pl. Aby odnaleźć siebie na zdjęciach, wystarczy wpisać swój numer startowy lub nazwisko.

Jest to usługa płatna. Opłatę pobiera serwis fotomaraton.pl



Dyplom

Po zakończeniu biegu i ogłoszeniu oficjalnych wyników, będzie można pobrać dyplom w wersji elektronicznej. **Darmowe** dyplomy znajdziecie na: www.fotomaraton.pl.



Pobierz bezpłatną aplikację mobilną „Poznań Półmaraton”



app store



google play

Aplikacja przyda się bardzo w dniu biegu Waszym znajomym, którzy dzięki niej będą mogli Was śledzić na trasie oraz oglądać transmisję z biegu na żywo.