



KOMUNIKAT STARTOWY Potrójna Korona Śnieżnicka 2025

PRZED STARTEM:

Baza zawodów, biuro zawodów, start i meta, posiłek regeneracyjny

Biuro zawodów a także start i meta Waszych zmagania zlokalizowane będą nad przepięknym zalewem w Starej Morawie, 2 km od centrum Stronia Śląskiego.

Adres: Stara Morawa 6b, 57-550 Stara Morawa, gmina Stronie Śląskie.

Biuro zawodów znajduje się przy kąpielisku (w budynku małej gastronomii). Również tutaj, po ukończeniu wyrypy, odbierzecie pyszny posiłek regeneracyjny.

Start i meta znajduje się na plaży przy molo, tutaj przybijacie nam piątkę i otrzymacie upragnioną bordową przypinkę finiszera 2025 oraz złotą przypinkę finiszera 2025 (dla tych, którzy ukończyli cały cykl – odpowiednio małą lub dużą)!

Odbiór pakietów

Przed biurem będą umieszczone listy startowe – **sprawdźcie swój numer** dla sprawnego odbioru pakietów.

- Dla trasy długiej: w piątek od godz. 16:00 do godz. 22:00
- Dla trasy krótkiej w piątek i dodatkowo w sobotę między 7:00-8:00

Odbiór pakietów za innego uczestnika – z upoważnieniem dostępnym w FAQ na stronie [www](#) (link [tutaj](#)) (wydrukowane do zostawienia przy odbiorze pakietu). Zachęcamy gorąco do odbioru pakietów za cały Wasz zespół!

Dojazd

Dojazd nad Zalew jest możliwy od centrum Stronia Śląskiego ul. Sportową, która tymczasowo jest dwukierunkowa. Prosimy, żebyście w miarę możliwości przyjeżdżali jak najmniejszą liczbą pojazdów. Przyjeżdżcie wraz z partnerami lub członkami zespołu jednym autem. Liczba miejsc parkingowych jest ograniczona. Dodatkowe parkingi znajdują się w Stroniu Śląskim.

Parking – lokalizacja

Prosimy stosować się do zaleceń członków naszego zespołu, którzy pomogą Wam efektywnie zaparkować w okolicy bazy zawodów. Będziemy pokazywali, gdzie stanąć i jak. Miejsca parkingowe znajdują się przy samym zalewie, wzdłuż ulicy Sportowej oraz drogi technicznej. Prosimy parkować z poszanowaniem innych zawodników.

Na ul. Sportowej – parkujemy prostopadłe na trawniku

Na drodze technicznej – parkujemy na prawym poboczu równolegle (na zwężeniach – nie parkuj!)

Od godziny 21:00 dostępne będą już tylko miejsca na drodze technicznej (opisanej poniżej PARKING RÓWNOLEGLE) – w pozostałych miejscach będzie odbywało się przygotowanie do startu.



Obowiązkowe wyposażenie - check list:

- ☐ Czołówka/latarka;
- ☐ folia NRC;
- ☐ pojemnik na wodę o pojemności min. 300 ml;
- ☐ telefon komórkowy ze stanem baterii umożliwiającym wielokrotne połączenia,
- ☐ dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający tożsamość,
- ☐ zapas jedzenia na 6 godzin

Wyposażenie obowiązkowe może być sprawdzane przed wejściem do strefy startowej lub na jednym z punktów odżywczych. Brak któregośkolwiek elementu wyposażenia spowoduje, że sędzia nie wpuści zawodnika do strefy startowej. Nie przewidujemy odstępstw od tej zasady.

Braki w wyposażeniu możecie uzupełnić w czwartek i piątek w Stroniu Śląskim w [Sklepie Górskim BONGO](#)



**Sugerowane wyposażenie:**

Kubek na herbatę/kawę (na punktach nie będzie kubków); rękawiczki, raczki lub nakładki antypoślizgowe, kurtka przeciwdeszczowa, dodatkowa warstwa termiczna, mapnik oraz kompas, zainstalowana w telefonie aplikacja RATUNEK.

Pogoda

Wstępna prognoza pogody [Mountain Forecast](#) wskazuje na to, że będzie chłodno (między 0-5 stopni), słaby wiatr. Możliwe opady deszczu przez cały czas.

Pamiętajcie jednak proszę, że w górach pogoda może zmienić się w ciągu bardzo krótkiego czasu. Obowiązkowo w naładowanym telefonie komórkowym miej wgraną aplikację mobilną [Ratunek](#) oraz numery alarmowe GOPR: +48 601 100 300 oraz 985.

START TRAS:**Miejsce i przebieg startu**

Start zawodów odbędzie się nad zalewem w Starej Morawie wg schematu fal poniżej. W przypadku trasy długiej po starcie od razu skręcamy w drogę kierującą się na przełęcz pod Krzyżnikiem. W przypadku trasy krótkiej przejdziemy ulicą Sportową w stronę Bolesławowa.

Strefa startu zostanie oddzielona i wejście do niej będzie następowało przez służę, w której sędziowie będą sprawdzali wyposażenie obowiązkowe. Brak któregośkolwiek z elementów wyposażenia obowiązkowego będzie skutkowało niewpuszczeniem do strefy startowej.

FALE STARTOWE**Niebieska - trasa długa**

Start 22:00 piątek - Zalew Stara Morawa

Pomarańczowa - trasa na orientację

Start 22:00 piątek - Zalew Stara Morawa

Różowa - trasa krótka

Start 8:00 sobota - Zalew Stara Morawa

HASHTAG INSTAGRAM

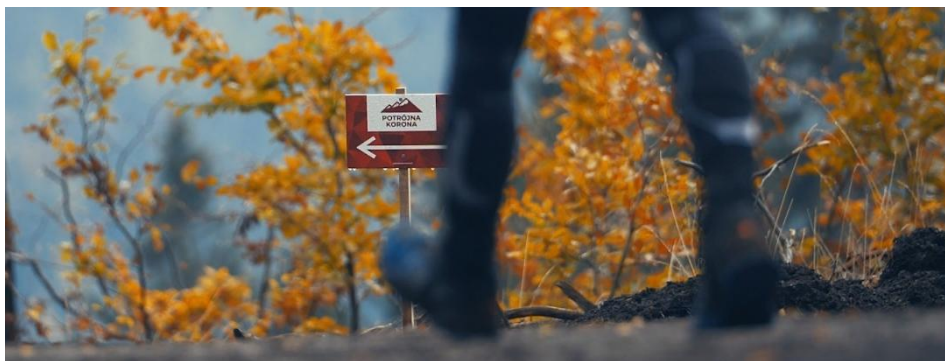
Wrzucasz zdjęcia z imprezy? Użyj [#PotrójnaKorona](#) lub [otaguj @PotrojnaKorona_marsz](#)

TRASA I PRZEBIEG IMPREZY**Oznaczenie trasy**

Trasa w większości przebiega oznakowanymi szlakami turystycznymi i nie będzie dodatkowo oznaczona. Na mapach, które otrzymacie w pakiecie (skala 1:40 000, 1 cm = 400 m) czerwonym półprzezroczystym śladem zaznaczony jest obowiązkowy przebieg trasy. Dystans trasy długiej to ok. 74 kilometry i 2900 metrów przewyższenia, trasa krótka to 47 km i 1400 metrów przewyższenia. Trasa na orientację wyznaczona jest za pomocą 15 punktów kontrolnych i w wariantcie optymalnym ma ok. 70 kilometrów (na osobnej mapie).

Dodatkowo na mapie znajdziecie szczegółowy opis z kilometrażem i zmianami kolorów szlaków lub istotnymi miejscami na trasie. Kilka momentów trudniejszych, wyznaczonych poza szlakami turystycznymi, będzie w terenie zaznaczone tabliczkami i strzałkami.

Plik .gpx można pobrać z sekcji TRASY na stronie [www](#) – link [tutaj](#).



Limit czasu

Limit dla obu tras kończy się o 22:00 w sobotę czyli wynosi 24 godziny dla trasy długiej i 14 godzin dla trasy krótkiej.

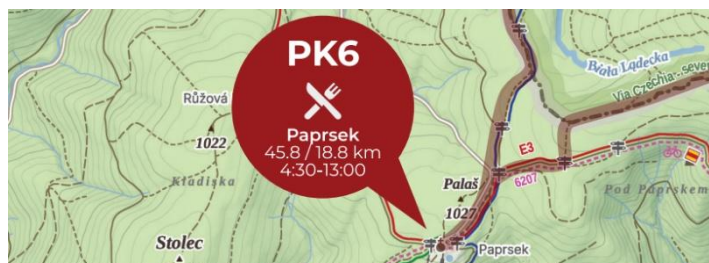
Punkty kontrolne i punkty odżywcze

Punkty odżywcze będą otwarte w poniższych godzinach, dostosowanych do szybkich oraz wolnych piechurów. Jeżeli znajdziesz się na punkcie odżywczym przed jego otwarciem – musisz zdecydować czy czekasz, czy kontynuujesz bez zaopatrzenia:

1. **Międzygórze 18km trasy klasycznej**
 - a. Czynny 00:00-4:00
 - b. Bułka, owoce, kawa, herbata, woda
2. **Przełęcz Płaszczyna 34km trasy klasycznej, 8km trasy krótkiej**
 - a. Czynny 2:30-10:30
 - b. Zupa, wafelek, kawa, herbata, woda
3. **Paprsek 45km trasy klasycznej, 17km trasy krótkiej**
 - a. Czynny 4:30-13:00
 - b. Ciastko, słodycze, owoce, kawa, herbata, woda
4. **Bielice 57km trasy klasycznej, 31km trasy krótkiej**
 - a. Czynny 7:00-17:00
 - b. Grill, piwo, kawa, herbata, woda

Ponadto na wszystkich punktach odżywczych dostępna będzie woda/wrzątek/kawa i herbata.

Na mapie Punkty odżywcze oznaczone są ikonką „nóż i widelec”:



Na punktach odżywczych pamiętajcie o obowiązkowych pojemnikach 300 ml na wodę - mogą to być kubki, bidony, bukłaki - cokolwiek (na punktach nie będzie kubków).

Odnotowanie się na PK

Na każdym punkcie odżywczym musicie podać swój numer sędziemu. Aby ukończyć Potrójną Koronę musicie zostać odnotowani w limicie czasu na każdym PK. Upewnijcie się, czy sędzia odnotował Waszą obecność na PK.

Forma potwierdzania PK



W pakiecie startowym otrzymacie książeczki na pieczątki, z opisanymi miejscami, skąd potrzebujecie stempel. Jest w nich miejsce na 5 pieczętek dla trasy długiej (Czernica, Kowadło, Rudawiec, Śnieżnik, Czarna Góra) i 3 pieczątki dla trasy krótkiej (Czernica, Kowadło, Rudawiec)

Jeśli z jakiegoś powodu nie jest możliwe podbicie pieczątki (ktoś ją zabrał, skończył się tusz itp.) potwierdzacie punkt robiąc sobie zdjęcie z banerem lub innym elementem jednoznacznie wskazującym, że byliście w dobrym miejscu. Istnieją też PK z obowiązkowym potwierdzeniem foto (sprawdź na mapie ikonę).

Po ukończeniu wyrypy w limicie czasu i zebraniu wszystkich potwierdzeń, na mecie otrzymacie pieczęć Sędziego i tym samym Wasza książeczka zmieni się w dyplom ukończenia Potrójnej Korony Śnieżnickiej 2025. Wówczas otrzymacie też pamiątkową przypinkę finiszera. Przypinki wydajemy tylko w 1 egzemplarzu i tylko właścicielowi dyplomu.



Zwieszenie z trasy

Uczestnicy, którzy nie mogą kontynuować marszu, mogą zostać zwieszeni na metę. Miejsca spotkania znajdują się tylko na wybranych punktach odżywczych. Oczekiwanie na samochód może trwać nawet do 2 godzin.

- Międzygórze – zwózka w momencie zamknięcia punktu o 4:00
- Przełęcz Płoszczyna
- Paprsek – **BRAK ZWÓZEK!!!**
- Bielice

META

Lokalizacja

Meta znajduje się w tym samym miejscu, gdzie start i biuro zawodów – nad zalewem w Starej Morawie. Dotrzecie tutaj po pokonaniu 74 lub 47 kilometrów trasy. Tutaj kończycie zmagania, otrzymujecie pamiątkową przypinkę finiszera, posiłek regeneracyjny i zimne piwo.

Przypinka finiszera

Warunkiem otrzymania limitowanej przypinki finiszera Potrójnej Korony Śnieżnickiej 2025 jest:

1. Zmieszczenie się w limicie trasy
2. Przedstawienie sędziemu karty startowej ze wszystkimi pieczętkami dla danej trasy
3. Bycie odnotowanym na wszystkich punktach kontrolnych.



Po spełnieniu wymogów otrzymujecie stempel Sędziego w karcie startowej, która od tego momentu może służyć jako dyplom ukończenia Potrójnej Korony Śnieżnickiej 2025.

Złota przypinka finiszera cyklu Potrójna Korona 2025

Warunkiem otrzymania limitowanej złotej przypinki finiszera cyklu Potrójna Korona 2025 jest ukończenie w limicie czasu wszystkich imprez z cyklu Potrójna Korona 2025: Potrójnej Korony Wałbrzyskiej 2025, Potrójnej Korony Orlickiej 2025, Potrójnej Korony Beskidzkiej 2025 oraz Potrójnej Korony Śnieżnickiej 2025.

Złote przypinki zostaną wręczone na mecie.

Jedzenie

W bazie zawodów na mecie zorganizowana będzie posiłek regeneracyjny wraz z Garden Gourmet – makaron z sosem bolońskim.

Do zobaczenia na Potrójnej Koronie Śnieżnickiej!
To tutaj wszystko się zaczęło w 2019 roku! ♥

PARTNERZY

Gospodarz

Niezmiennie Gospodarzem Potrójnej Korony Śnieżnickiej jest gmina Stronie Śląskie. Dziękujemy!



Partnerzy publiczni:

Stroński Park Aktywności "Jaskinia Niedźwiedzia" sp. z o.o.

Partnerzy merytoryczni:

Garden Gourmet - Nestle

Browar Fortuna

Góralki

OSHEE

Sklep Górski BONGO Stronie Śląskie

MJP Druk – drukarnia cyfrowa i offsetowa

ŚledzGPS – tracking imprez sportowych

Mapy.cz

Peritus – producent opakowań

Dziękujemy! Do zobaczenia w piątek 24 października 2025 w Starej Morawie!

