

Pekelný beh rajom – Popis trate ULTRA

Pretek sa začína na Čingove odkiaľ sa začína pár sto metrami po asfaltovej ceste z ktorej sa na prvom rázcestí odbočí vľavo na lesnú cestičku, ktorá smeruje k mostu cez ktorý sa väčšina dostane bezpečne na druhú stranu odkiaľ sa pokračuje na Lesnicu, ústie kde sa pustíte miernym stúpaním po zelenej na Bikšovu lúku. Z Bikšovej lúky, stále po zelenej je rýchly, 3km dlhý zbeh po asfaltovej ceste až na Košiarny Briežok. Na Košiarnom Briežku sa odbočuje na žltú smerom na Medvediu hlavu.

Tu začína vyše 300m stúpanie na 4km úseku ktorý sa behá až do sedla Medvedia hlava opäť po asfaltovej ceste. Po vybehnutí do sedla Medvedia hlava si treba dať pozor a sledovať značenie trasy a pokračovať po žltej smerom na Pod Medveďou hlavou ktorá smeruje po lesnej cestičke. Ak sa dostanete na Pod Medveďou hlavou tak vás za odmenu čaká prudké klesanie zo začiatku po lesnej cestičke ktorá sa neskôr napojí na kamenistú cestu po ktorej sa dostanete až do Novoveskej Huty.

V Novoveskej Hute vás bude čakať občerstvenie, aby ste mali ďalej síl do nasledujúceho stúpania 550 vertikálnych metrov na necelých 10km trasy. Behá sa prevažne po asfalte a stále po červenej značke cez Sedlo Čertova hlava odkiaľ sa nasleduje klesanie až do Zejmarskej rokliny, ústie. Ešte pred tým čo sa pustíte na samotnú roklinu poteší vás opäť občerstvenie a z diaľky zazriete aj Dedinky. Tu hrozí, že pretekári sa pustia do Dediniek, kde ich zláka kúpanie sa v Palcmanskej Maši. Ak na vodu chuť nemáte, tak pokračujete ďalej po modrej značke cez Zejmarskú roklinu.

V tomto úseku treba dávať veľký pozor, pretože na úseku sa vyskytujú rebríky, reťaze, stupačky a iné zabezpečovacie pomôcky. Po absolvovaní Zejmarskej rokliny sa pustíte po červenej skoro až po Glác, pred ktorým odbočíte na modrú. Túto časť trasy od Glácu si treba dobre naštudovať, je tam veľa odbočiek a behá sa po krátkych úsekoch označenými rôznymi farbami. Z Glácu sa dostanete po modrej do Sucheje Belej odkiaľ pokračujete po žltej smerom na Pod Vtáčim hrbom. Odtiaľ budete pokračovať na Kláštorisko po červenej.

Po zbehu na Kláštorisko treba nájsť zelenú po ktorej sa dostanete na Pod Kláštoriskom odkiaľ ďalej po žltej po ktorej dôjdete na Nad Podleskom kde sa napojíte na červenú a pokračujete na Podlesok. Na Podlesku sa môžete znova občerstviť a dodať telu silu na posledný úsek ktorý sa tiahne okrajom Slovenského Raja. Z Podlesku sa vydáte po modrej a na Hrdle Hornádu pôjdete spodnou trasou ďalej už po žltej až do Letanovského mlynu. Odtiaľ po modrej do Bieleho potoku, ústie. Pred Bielym potokom, ústie sa modrá napojí na zelenú a následne zelená opäť na modrú. Z Bieleho potoku, ústie vás čaká už len dobehnúť po modrej na Čingov, kde vás čaká cieľ.

VIAC INFORMÁCIÍ NA WEBE

www.behrajom.sk