

RACE RACE BOOK



ELBLĄG 15 lipca 2023

PROGRAM ZAWODÓW

AQUA SPEED OPEN WATER SERIES ELBLĄG



Sobota, 15.07.2023 r.

- 16:00 – 17:00** wydawanie pakietów startowych (biuro zawodów)
- 16:00 – 20:00** godziny otwarcia strefy EXPO
- 17:15** start kategorii wiekowej 6-7 lat – dystans 100 m (AQUA SPEED Junior)
- 17:25** start kategorii wiekowej 8-9 i 10-11 lat – dystans 200 m (AQUA SPEED Junior)
- 17:30** rozgrzewka dla dorosłych z Filipem Zaborowskim
- 17:40** start kategorii wiekowej 12-13 lat – dystans 475 m (AQUA SPEED Junior)
- 17:50** start AQUA SPEED Open Water Series – dystans 475 m
- 18:00** start AQUA SPEED Open Water Series – dystanse 0,95 km, 1,9 km, 3,8 km
- 18:30** ceremonia wręczenia nagród dla dzieci startujących w zawodach AQUA SPEED Junior
- 20:00** zamknięcie trasy AQUA SPEED Open Water Series
- 20:00** ceremonia wręczenia nagród dla wszystkich dystansów

Program może ulec zmianie!

Nówka Ramówka



11 lipca -
16 lipca



www.elblag.eu

WTOREK 11.07

- 11⁰⁰ Kraina Buki w Bulaju:
spotkanie wokół przyrody
Biblioteka Bulaj
- 17⁰⁰-20⁰⁰ Hulaj-nóżka - mistrzostwa Elbląga
rowerków biegowych i hulajnóg
dla dzieci
TOR KALBAR

ŚRODA 12.07

- 12⁰⁰ Przyrodnicze Lato z Bulajem:
zajęcia literacko-plastyczne
Biblioteka Bulaj
- 17⁰⁰-20⁰⁰ Streetball - turniej koszykówki
ulicznej 3x3
TOR KALBAR

CZWARTEK 13.07

- 9⁰⁰ Zawody pływackie dla dzieci
i młodzieży
CRW DOLINKA

- 19³⁰ Jazz Jam Session
Klub Krypta

PIĄTEK 14.07

- 16⁰⁰ Amerykański Weekend w Elblągu II:
otwarcie imprezy
Dziedziniec Muzeum Archeologiczno-Historycznego
- 20⁰⁰ Koncert Joanny Knitter Blues & Folk
Connection - „Aretha”
Dziedziniec Muzeum Archeologiczno-Historycznego

SOBOTA 15.07

- 9⁰⁰ Parkrun
Park Modrzewie

- 10⁰⁰ Amerykański Weekend w Elblągu II
Dziedziniec Muzeum Archeologiczno-Historycznego

- 10⁰⁰ Sobota z przewodnikiem:
„Elbląg początek”
Zbiórka przy Moście Niskim, dawna „Tortuga”

- 11⁰⁰ Dawna grafika po nowemu:
pokoloruj po swojemu
Biblioteka Bulaj

- 12⁰⁰ Figielki z Tuwimem: warsztaty
literacko-plastyczne
Biblioteka Bulaj

- 16⁰⁰ AQUA SPEED Open Water Series
Rzeka Elbląg

- 21⁰⁰ Pierwszy Polski Elvis:
koncert Adama Gałki
Dziedziniec Muzeum Archeologiczno-Historycznego

- 21³⁰ Letnie kino pod chmurką
„Fabelmanowie”
Dziedziniec Galerii EL

NIEDZIELA 16.07

- 8⁰⁰-16⁰⁰ GARMIN Iron Triathlon Elbląg
Bulwar Zygmunta Augusta

- 10⁰⁰-15⁰⁰ Amerykański Weekend w Elblągu II:
zakończenie imprezy
Dziedziniec Muzeum Archeologiczno-Historycznego

- 10⁰⁰-14⁰⁰ Śniadanie na trawie
Dziedziniec Galerii EL

- XXVI Letni salon muzyczny:
15³⁰ Spacer przyrodniczo-historyczny
„Tajemnice Bażantarni”
Bażantarnia - zbiórka przy Muszli koncertowej

- 17³⁰ „Przeboje w plenerze”
„DUOSOBNIENIE”
Muszla koncertowa



Witold Wróblewski
Prezydent Elbląga



www.facebook.com/MiastoElblag



www.instagram.com/elblagmiasto

PRAKTYCZNE INFORMACJE



BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów usytuowane będzie na Bulwarze Zygmunta Augusta w Elblągu. Rejestracja na zawody AQUA SPEED Open Water Series Elbląg przeprowadzona zostanie przez system startlist.pl, a przygotowane pakiety startowe należy odebrać w biurze zawodów.

Osobisty odbiór pakietów w godzinach wskazanych w programie po okazaniu:

- dowodu tożsamości ze zdjęciem,
- podpisanej karty zawodnika – karta do pobrania pięć dni przed zawodami po zalogowaniu się na swoje konto na www.startlist.pl w zakładce „MÓJ PROFIL”,
- podpisanej zgody rodzica lub opiekuna prawnego na udział w AQUA SPEED Open Water Elbląg i AQUA SPEED Junior Elbląg (tylko osoby niepełnoletnie).

UWAGA! Zawodnik bez wydrukowanej karty zawodnika nie będzie dopuszczony do startu! Prosimy o wydrukowanie karty i jej podpisanie, a następnie okazanie w biurze zawodów.

PAKIET STARTOWY

W ramach pakietu startowego AQUA SPEED każdy uczestnik otrzyma:

- zwrotny chip do pomiaru czasu,
- profesjonalny pomiar czasu,
- czepek pływacki (obowiązuje start w czepku dostarczonym przez organizatora),
- profesjonalne zabezpieczenie trasy (zawody obsługują ratownicy wodni),
- profesjonalne zabezpieczenie medyczne,
- nadzór sędziów na trasie zawodów,
- punkt odświeżania oraz pakiet żywieniowy za metą.

Pakuj się do... **MAXPACKA**



Idealny dla wszystkich trenujących przed pracą i po szkole.

Dzięki podziałowi na trzy komory, w tym dwie suche i jedną mokrą, w plecaku można z powodzeniem przechowywać mokry kostium pływakowski i ręcznik bez obawy, że zamoczą przechowywane w suchych komorach ubrania, książki, laptop czy tablet.

Zeskanuj QR kod
lub wejdź na stronę
aquaspeed.com.pl/code



Odbierz rabat na plecak!

Wpisz kod
MaxPack20



Nasze produkty do trenowania w wodzie znajdziesz na www.aquaspeed.com.pl



Płetwy, pull buoys, fajka czołowa, wiosłka, okulary, ręcznik, buty biegowe, dresy, kask rowerowy i akcesoria – to wszystko pomieści się w Twoim podręcznym centrum logistycznym.

Wiele funkcjonalnych kieszeni pozwala tak przechowywać akcesoria, aby można było z łatwością je odnaleźć i wykorzystać podczas treningu, czy przed zawodami.

**Wychodzisz na trening?
Jedziesz na zawody?
Spakuj się do naszego nowego MAXPACKA!**

PRAKTYCZNE INFORMACJE



DYSTANSE

AQUA SPEED Open Water Series Elbląg 2023 rozegrany zostanie na dystansach ok. 0,475 km (1 pętla), 0,95 km (1 pętla), ok. 1,9 km (2 pętle) oraz 3,8 km (4 pętle).

AQUA SPEED Junior Elbląg 2023 rozegrany zostanie na dystansach pływackich 100m (6-7 lat), 200 m (8-11 lat) oraz 475 m (12-13 lat)

Rolling start dla wszystkich dystansów, start z pomostu. Pianki dozwolone.

LIMITY CZASOWE AQUA SPEED Open Water Series:

Limit czasu ukończenia zawodów na dystanse 0,475 km – 0h15’.

Limit czasu ukończenia zawodów na dystanse 0,95 km – 0h30’.

Limit czasu ukończenia zawodów na dystanse 1,9 km – 1h00’.

Limit czasu ukończenia zawodów na dystanse 3,8 km – 2h00’.

Brak limitów czasowych dla AQUA SPEED Junior.

Meta znajdować się będzie po wyjściu z wody, po minięciu bramy mety.

DEPOZYT

Depozyt będzie mieścił się na Bulwarze Zygmunta Augusta w Elblągu w miejscu oznaczonym napisem „depozyt”.

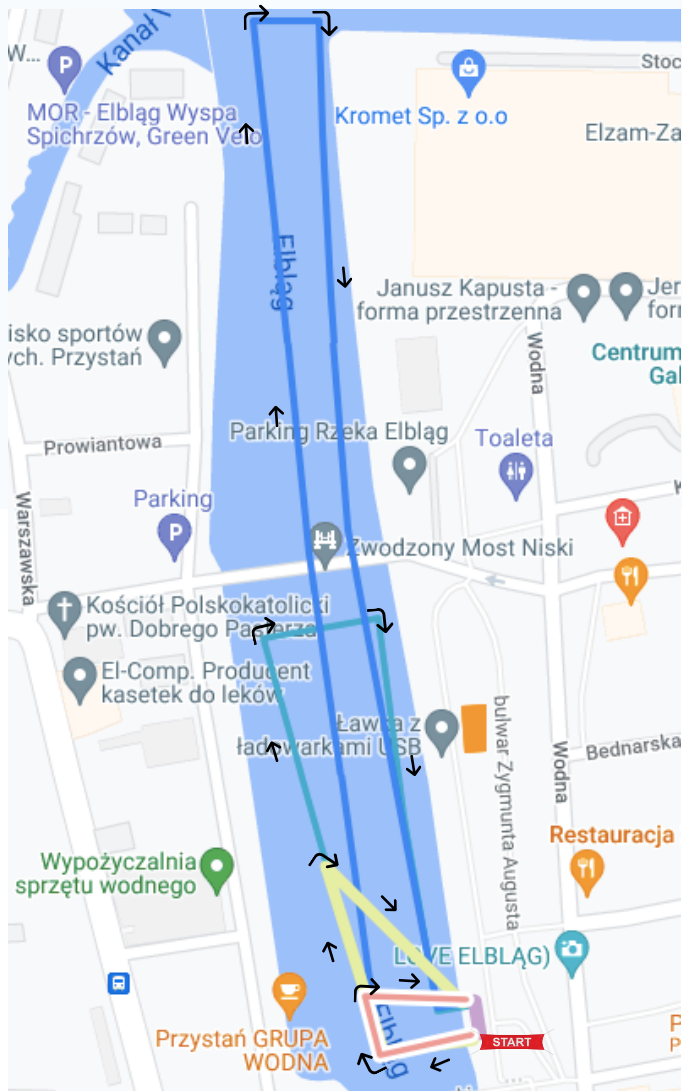
Otwarcie depozytu nastąpi godzinę przed startem, a jego zamknięcie w czasie rozpoczęcia dekoracji.

PARKINGI (BEZPŁATNE):

- 1) ul. Warszawska (wjazd do godziny 08:00),
- 2) ul. Przymurze.



TRASA



Pływanie na dystansie:

ok. 0,475 km - pętla **turkusowa**,

ok. 0,95 km (1 pętla **NIEBIESKA**),

ok. 1,9 km (2 pętle **NIEBIESKA** - wyjście z wody po każdej pętli, wyjście australijskie)

ok. 3,8 km (4 pętle **NIEBIESKA** - wyjście z wody po każdej pętli, wyjście australijskie).

Małe pętle dotyczące dystansów AQUA SPEED Junior:

ok. 100 metrów - pętla **pomarańczowa**,

ok. 200 metrów - pętla **żółta**,

ok. 475 metrów - pętla **turkusowa**.

BAZANTARNIA

10.09.2023 JUMP & RUN



Bieg **JUNIOR** (dzieci 6-16 lat)
Bieg **FAMILY** (dorosły + dziecko)
Bieg **CLASSIC** (16 lat i więcej)

TRASY:

1,5 KM 6 dmuchanych przeszkód
2,5 KM 9 dmuchanych przeszkód

ZAPISY



www.mosir.elblag.eu

START - META: polana z wiatami w Bażantarni



Witold Wróblewski
Prezydent Elbląga

ORGANIZATORZY



GOSPODARZ



ORGANIZATORZY

labo[®]
SPORT

SPONSOR TYTULARNY

 **AQUA SPEED**

SPONSOR

GARMIN[®]

PARTNER WYDARZENIA

 ***mosir***
Elbląg