

چهارمین

دوره مسابقات دوی کوهستان (جام فجر)

SKYRUNNING



گرامیداشت چهلین سالگرد پیروزی انقلاب اسلامی
بادواره شهدای گمنام
تهران - البرز مرکزی
آذر ۱۳۹۷



گزارش چهارمین دوره مسابقه اسکای رانینگ جام فجر، انتخابی تیم ملی

آذر ماه ۱۳۹۷



باشگاه کوهنوردی و اسکی دماوند
تأسیس ۱۳۳۲

مشخصات کلی برنامه

- تاریخ برگزاری: ۱۵ آذر ۱۳۹۷
- آخرین مهلت ثبت نام: دوشنبه ۱۲ آذر ۹۷
- زمان پذیرش: ۱۴ آذر ۹۷
- ساعت شروع برنامه: ۷:۳۰ صبح
- نقطه شروع مسابقه: کیلومتر ۱ مسیر راهپیمایی درکه پلنگچال
- ایستگاه پایانی: بوستان جمشیدیه
- مسافت مسابقه: ۲۱ کیلومتر
- تعداد شرکت کنندگان آقایان: ۸۰ نفر
- تعداد شرکت کنندگان خانم‌ها: ۱۸ نفر
- زمان شروع مسابقه آقایان: ۸:۳۵ صبح
- زمان شروع مسابقه خانم‌ها: ۸:۴۵ صبح
- محل اسکان شرکت کنندگان: اردوگاه شهید باهنر
- مدارک خواسته شده از شرکت کنندگان: گواهی سلامت، کارت بیمه ورزشی، کارت ملی
- هزینه ثبت نام: ۱۰۰ هزار تومان



برنامه ریزی مسابقه



پذیرش



معاینه پزشکی



جلسه توجیهی

موارد مطرح شده

- توصیه های ایمنی
- معرفی کلی مسیر
- خطاها و امتیازات منفی مثل خطای سر خوردن، یا ضرورت امداد رسانی
- حداکثر زمانهای قابل قبول
 - ۱:۳۰ حداکثر زمان رسیدن به پناهگاه کلکچال
 - ۲:۳۰ حداکثر زمان قابل قبول برای رسیدن تا ایستگاه ۵
 - ۴:۰۰ حداکثر زمان قابل قبول برای آقایان و ۴:۳۰ حداکثر زمان قابل قبول برای خانمها



اسکان شرکت کنندگان



محل پذیرش و اسکان: اردوگاه شهید باهنر، واقع در خیابان باهنر،
خیابان فیضیه



تصاویر مسابقه



تصاویر مسابقه



تصاویر مسابقه



تصاویر مسابقه





تصاویر مسابقه



تصاویر مسابقه



تصاویر مسابقه



تصاویر مسابقه



تصاویر مسابقه

تصاویر مسابقه



تصاویر مسابقه





تصاویر مسابقه



اختتامیه

نفرات برتر خانمها:

- ۱- فرزانه شریفی
- ۲- هاجر رضائزاد
- ۳- فاطمه سرشتی
- ۴- مهتاب سعیدی
- ۵- ریحانه کربلایی
- ۶- نگار نادری

نفرات برتر آقایان

- ۱- بهرام پرورش
- ۲- صابر چرخي
- ۳- رحيم رستگار
- ۴- علی قره غیبی
- ۵- حسین نیرومندی
- ۶- امیر احمدبیگی



تصاویر مسابقه



مزیت های این مسابقه نسبت به دوره های قبل

- رعایت استانداردهای یک مسابقه اسکای رانینگ از نظر ارتفاع، مسافت، شیب و مجموع ارتفاع صعود شده
- تعداد و فواصل مناسب استقرار داوران و راهنماها
- نظم، یکپارچگی و هماهنگی بیشتر در برگزاری مسابقه نسبت به دوره های پیشین
- پرچم گذاری مناسب
- جانمایی مناسب ایستگاه های آب و تغذیه
- پیش بینی تمهیدات لازم مناسب شرایط جوی
- اطلاع رسانی مناسب و پاسخگویی های قبل از مسابقه
- مختصر کردن جشن پایانی مسابقه بجای خسته کردن ورزشکاران با سخنرانیهای طولانی
- رعایت عدالت برای همه شرکت کنندگان
- وجود شخصی بعنوان حمایت کننده عقب دار که بعد از نفر آخر کل مسیر را طی و کنترل نمود.

نواقص و کاستی ها

- استفاده از لیوان یکبار مصرف پلاستیکی در ایستگاه های آب و تغذیه
- استفاده از شماره های پلاستیکی
- بهتر بود مسابقه در فصلی برگزار می شد که از نظر وضعیت جوی ریسک کمتری داشته باشد
- برآورده نشدن انتظار برخی شرکت کنندگان مبنی بر تخصیص زمان بیشتر برای حد نصاب ایستگاه اول (پناهگاه پلنگچال)
- دریافت وجه ثبت نام برای مسابقه انتخابی تیم ملی
- تداخل مسیر مسابقه و مسیر تردد عمومی کوهنوردان در آخر هفته شلوغ کوه های تهران
- تراکم بیشتر امدادگران در فاصله پناهگاه کلکچال تا شیر پلا، در صورتی که حادثه خیزترین بخش مسیر به خاطر سرازیری های تند، بعد از گردنه کلکچال است.
- جدا نشدن خط پایان از مسیر تردد عمومی
- عدم ارائه حکم قهرمانی یا گواهی شرکت در مسابقه برای شرکت کنندگان

مشکلات و سختی های مسابقه

- تردد زیاد کوهپیمایان در مسیر راهپیمایی در که-پلنگچال
- برفی و مه آلود بودن بخشی از مسیر
- سرازیری های تند و گل آلود گردنه کلکچال تا پناهگاه
- ارتفاع نسبتاً زیاد برف در مسیر شیرپلا تا گردنه کلکچال و بعضاً مسیرهای یخ زده

سپاس فراوان از تمام کسانی که در طراحی، برنامه ریزی، اجرا، پشتیبانی و
ایمنی این رویداد نقش داشتند.

با تشکر از توجه شما