



maratony

Z CHARAKTEREM

OFICJALNY BIULETYN CYKLU MARATONÓW MERIDA MAZOVIA MTB MARATHON NR 6 (37) / 2013

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

www.MARATONYzCHARAKTEREM.PL

SOBOTA, 8 CZERWCA 2013



FOT.: Z. KOWALSKI / FOTOREPORTAŻE.COM.PL

ETAP 5



OTWOCK

WSTĘP NA ROZGRZEWKĘ 2

PODSUMOWANIE GWIAZDY 4

CIEKAWOSTKI ROWEROWE 4

ZAPOWIEDŹ ETAPU W OTWOCKU 6



MaratonyZCharakterem.pl
CZYTAJ BEZPŁATNIE BIULETYN ON-LINE

 www.facebook.com/MaratonyZCharakterem
przeglądaj biuletyn z poziomu Facebooka



» NA ROZGRZEWKĘ: CO W KOLARSKIM ŚWIECIE PISZCZY

ŻADNA WYMÓWKA NIE JEST DOBRA!

NIBY NAJCZĘŚCIEJ NIE MA DOBREJ POGODY, NIBY NAJCZĘŚCIEJ NAJLEPIEJ BYŁOBY SIEDZIEĆ W DOMU, BO CIĄGLE LEJE, ALE...

Nie, nie, nie. Trwa przecież sezon. A co to dla prawdziwego miłośnika aktywnego wypoczynku deszcz? No ludzie, bądźmy poważni.

To pewnie dlatego mimo tych generalnie niesprzyjających warunków wciąż pełno rowerów na ulicach. A te rowery... ustępują miejsca albo przeciskają się między tymi, którzy wolą pobiegać albo mają przypięte do nóg rolki. Nie ważne jak, ważne, żeby aktywnie, żeby do przodu, żeby się zmęczyć, ale z uśmiechem. Samemu albo z całą rodziną. I o to chodzi! Pisaliśmy już w naszej gazecie wiele razy o tym, że trwa moda na aktywność. Ale skoro ciągle trwa, i ciągle rośnie to chyba nie zaszkodzi po raz kolejny. Takie imprezy jak Merida Mazovia MTB Marathon i inne serie, których powstało w naszym kraju bez liku, mają w tym swój udział, a my tylko się z tego cieszymy. Bo już nie wiśdaliśmy na rower, żeby ruszyć po piwo do sklepu (a w każdym razie nie

tylko po to), a żeby pojeździć, tak po prostu. Pokonać dziesięć, pięćdziesiąt albo i sto kilometrów. Poznać okolicę, pokonać niedostępne dotąd wzniesienie, zabrać ze sobą dzieci i przekonać je, że to lepsze niż jakakolwiek najnowsza gra na konsoli.



To była kwestia czasu, żeby ten głupek wpadł! Co za idiota! – napisał bez ogródek Heinrich Haussler po tym, jak ogłoszono, że wpadł Santabrogio.

Ostatnio słyszeliśmy, że wreszcie i ta nieszczęsna pogoda przyjdzie nam z pomocą, bo wkrótce ma zrobić się... normalnie. Normalnie, czyli tak jak powinno być o tej porze roku. A więc zanoszą się na to, że korki, o których pisaliśmy wcześniej będą jeszcze większe. Będzie jeszcze większy ścisk, ale od razu prosimy – nie denerwujcie się, nawet jeśli wszystko będzie przypominało poranną drogę do pracy w koszmarnych korkach. Nie o to przecież chodzi, prawda? Poza tym, wiemy, że na razie w znacznie szybszym tempie przybywa ludzi, którzy pokochali albo odkryli na nowo aktywność niż ścieżek, ale te ostatnie też się pojawiają. Nie wierzyć? Przypomnijcie sobie sytuację sprzed kilkunastu lat.

No a jeśli już jesteście gotowi, jeśli czujecie, że nadszedł czas, żeby przypiąć numer startowy, droga wolna! Ba! Dla tych, którzy tej absolutnej pewności nie mają, też, bo przecież organizatorzy wszystkich imprez szykują trasy dla

każdego. Przekonani? Jeśli nie, to wracamy do początku tekstu i zaczynamy lekturę od nowa. A później wyciągamy rower z piwnicy czy garażu, zdejmujemy z haków na balkonie, szybki serwis w najbliższym miejscu (znajdziecie takie, zapewniamy!) i ruszamy.

Najlepiej przed albo po tym, jak obejrzyście w akcji zawodowców. A że trwa sezon to wyścigów nie brakuje. Teraz najlepsi ścigają się w Criterium du Dauphine, wkrótce rozpocznie się Tour de France, a za nami Giro d'Italia. I szkoda tylko, że w kolarskim peletonie zawodowców, miejscu, które od pewnego czasu walczy o czystość jak żaden inny sport (i widać tego efekty), wciąż znajdują się oszuści... Mielibyśmy o tym nie pisać, ale w sumie dlaczego ukrywać i tuszować wybryki? Nie ma przecież powodu. Tym bardziej, że i peleton się zmienia. Dzisiaj już nie ma zmowy milczenia. Ba! To sami kolarze są najbardziej surowi dla

tych, którzy w ich gronie szukają sposobów na oszustwo.

W próbie pobranej do badania antydopingowego jeszcze przed Giro pozytywny wynik miał Danilo di Luca. W trakcie wyścigu Mauro Santabrogio, który nawet dotarł do mety na wysokim dziewiątym miejscu, a wcześniej wygrał etap. Obaj panowie reprezentowali jedną ekipę – Vini Fantini, obaj używali EPO. A przecież wydawało się, że ta EPO(ka) już się skończyła. – To była kwestia czasu, żeby ten głupek wpadł! Co za idiota! – napisał bez ogródek Heinrich Haussler po tym, jak ogłoszono, że wpadł Santabrogio. – Jestem 47., a nie 48. w giro. Nie mam nic więcej do dodania. Zło nadal jest w peletonie. Miało świecące żółte koszulki i wiedzieliśmy, kiedy to zobaczymy. Mam nadzieję, że kibice kolarstwa zdają sobie sprawę, że głupota jednostki nie może być wypłeniona. Podważanie naszej uczciwości w 2013 roku nie zasługuje na drugą szansę – napisał

Stef Clement z grupy Blanco. Wtórował mu w ostrym tonie Greg Henderson z Lotto-Belisol. – Nie łapię tego!!! Co oni sobie myślą? Co mają w głowach? Przestańcie oszukiwać, kretyni!

Z di Luki naśmiewał się wcześniej sam... Lance Armstrong, choć akurat trudno zrozumieć, bo słynny „Boss” to przecież bohater największej chyba dopingowej afery wszech czasów. – Wiem, że w sprawie dopingu straciłem jakąkolwiek wiarygodność, ale pytam: naprawdę di Luca? Jesteś aż tak popieprzonym głupkiem? – napisał Lance.

Cóż, wiemy, że was to nie dotyczy (choć dopingowicze pojawiali się i na amatorskich imprezach), ale to wszystko w sumie... pozytywna wiadomość. Nie ta, że wciąż znajdują się głupcy i oszuści, ale fakt, że nikt ich już nie chce oglądać. Bo liczy się uczciwy sport i dobra zabawa! A więc do zobaczenia na trasach!



Najwyższej jakości produkty i narzędzia dla profesjonalistów i amatorów sportów rowerowych

włoska pasja do rowerów

Technologie przyszłości w świecie rowerów



Do naprawy rowerów wykonanych z włókien węglowych i w innych zaawansowanych technologiach.

Komplety kluczy dynamometrycznych z końcówkami.



Giustaforza II 2-16 DELUXE
kod. EMGF2B216



Giustaforza II 2-16 PRO DELUXE
kod. EMGF2PB216

Bez końcówek
Giustaforza II 2-16
kod. EMGF2B216

Bez końcówek
Giustaforza II 2-16 PRO
kod. EMGF2PB216

Nasadki 25mm (stal s2)

- 2, 2.5, 3, 6
- T10, T15, T20, T30
- 3/16
- PH1

Nasadki 100mm (stal s2)

- 4, 5
- T25

Carbocut
kod. EMCC

Carbogrip 75ml
kod. EMCG75

Carbomove 200ml kod. EMCM200

Narzędzia i materiały do naprawy rowerów z włókien węglowych.

Do błyskawicznej naprawy ogumienia w ekstremalnych warunkach sportowej rywalizacji i wyścigów.

Super skuteczne zestawy neutralizatorów nieuszczelnienia ogumienia.

Caffelalex ZOT!
30ml
kod. EMCLZOT30

Caffelalex 250 ml
kod. EMCL250

Caffelalex 1000 ml
kod. EMCL1000

Espresso 75 ml
kod. EMESP75

Caffelalex Tubeless Conversion Kit Race
kod. EMCLKITRC

Caffelalex Tubeless Conversion Kit Heavy-Duty
kod. EMCLKITHD

Espresso Clip (x2)
kod. EMESCLP2

Espresso Kit kod. EMESPKIT2

Do ochrony i pielęgnacji nowoczesnych rowerów.

Powłoki ochronne dla rowerów wykonanych z różnych materiałów.



Shelter



Caffelalex Tubeless Tape Race
20mm x 10m
kod. EMCTP215



Caffelalex Tubeless Tape Race Shop
20mm x 50m
kod. EMCTP2150



Caffelalex Tubeless Tape Heavy-Duty Shop
25mm x 50m
kod. EMCTP2550

Presta Schrader Adapter (x 5)
kod. EMPRSCA5
Nasadki- łączniki między zaworem SCHRADERA i końcówką aplikatora

Presta Valve Mechanism (x 10)
kod. EMPRMC2
Zawory dętkowe + klucz

Caffelalex Tubeless Valve (x 2)
kod. EMCV2
Zawory opon bezdętkowych + podkładki i klucz

Caffelalex Valve Extension (x 2)
kod. EMCVEX45
Przedłużenia zaworu opony

Taśmy obrzeży **RACE** - dla obrzeży o szer. 20-24mm **HEAVY-DUTY** - dla obrzeży o szer. 25-29mm

Bezpośredni importer **K.T.J. Kolor** sp. z o.o. 98-200 Sieradz ul.Uniejowska 18 Tel.+48 43 8282151 **Italy product** www.effettomariposa.com

DECATHLON

SPORT DLA WSZYSTKICH - WSZYSTKO DLA SPORTU



BTWIN KOSZULKA 5 MTB

Koszulka dla kolarza MTB, jeżdżącego regularnie. Wstawki z mesh pod pachami i suwak na piersiach. Dyskretna kieszka na suwak na plecach. Rozmiary: od S do XXL.

99⁹⁹ zł



BTWIN SZORTY 5 MTB

Do regularnej jazdy na rowerze górskim. Bardzo lekka i miękka tkanina, zapewniająca swobodę ruchów. Profilowana wkładka. Z boku kieszeń zapinana na suwak. Rozmiary: od S do XXL.

129⁹⁹ zł



BTWIN BUTY 5 MTB

Buty do sportowej regularnej jazdy na rowerze górskim. Rowkowana podeszwa zapewniająca bardzo dobrą przyczepność w wyboistym terenie. Sztwna podeszwa z poliamidu. Zapięcie/rozpięcie bardzo szybkie i łatwe, za pomocą 2 pasków. Kompatybilne z pedałami zatrzaskowymi. Rozmiary: od 39 do 47.

259⁹⁹ zł

BTWIN

ROWER GÓRSKI 26" ROCKRIDER 8.3

Rower MTB na intensywne treningi i zawody XC. Nowa rama z aluminium (6061). Geometria zainspirowana ramą 8 XC Carbone. Kierownica i wspornik oversize, zapewniają większą sztywność. Widelec Marvel PRO w rozmiarze 100 mm. Napęd SRAM X9 (z tyłu) i SRAM X7 direct mount (z przodu). Hamulce Avid Elixir 3. Opony Hutchinson Python. Siodło Prologo X10. Pedały zatrzaskowe Wellgo. Rozmiary: M (165-175 cm), L (175-180 cm), XL (180-195 cm). Waga: 11,50 kg w rozmiarze M bez pedałów.

4499⁰⁰ zł



SRAM X9



Blokada skoku kierownicy

BTWIN

ROWER GÓRSKI 26" ROCKRIDER 5.2

Dla początkujących kolarzy górskich na sportowe wycieczki poza miastem i w górach. 1-szy sportowy MTB. Rama aluminiowa lekka i wzmocniona, obręcze dwukomorowe, aluminiowe. Widelec amortyzowany 70 mm z regulacją twardości. 24 przełożeń, niezawodne przerzutki Shimano Altus. Hamulce przednie tarczowe HAYES. Rama przystosowana do montażu bagażnika. Rozmiary: XS (145-155 cm), S (156-165 cm), M (166-175 cm), L (176-185 cm), XL (186-200 cm). Waga: 13,88 kg w rozmiarze M.



hamulce tarczowe mechaniczne



Regulacja twardości



1199⁰⁰ zł

BTWIN

LICZNIK BEZPRZEWODOWY COUNT 8

Do regularnej jazdy na rowerze górskim. Licznik bezprzewodowy, 8-funkcyjny, łatwy i szybki do zainstalowania i użytku.

Funkcje:

- Prędkość chwilowa + śred. + maks.
- dystans chwilowy + całkowity.
- zegarek
- stoper
- porównanie prędkości.

99⁹⁹ zł



Przedstawione towary i ich ceny nie stanowią oferty w rozumieniu przepisów Kodeksu Cywilnego. Kolory produktów przedstawionych na zdjęciach mogą się różnić od kolorów produktów w rzeczywistości.

DECATHLON W-wa Targówek: ul. Geodezyjna 76, tel.: 22 333 70 00. **Godziny otwarcia:** pon.-sob. 9.00-21.00, niedz. 9.00-20.00.
DECATHLON W-wa Reduta: przy CH Reduta, ul. Mszczonowska 2, tel.: 22 337 73 00. **Godziny otwarcia:** pon.-sob. 9.30-21.00, niedz. 9.30-20.00.
DECATHLON W-wa Okęcie: Al. Krakowska 81, tel.: 22 319 38 00. **Godziny otwarcia:** pon.-sob. 9.30-21.00, niedz. 9.30-20.00.
DECATHLON Piaseczno: ul. Puławska 37, tel.: 22 701 35 00. **Godziny otwarcia:** pon.-sob. 10.00-21.00, niedz. 10.00-20.00.

RODZINNA GWIAZDA MAZURSKA

CZTERY MIEJSCOWOŚCI, TRZY MARATONY I JAZDA INDYWIDUALNA NA CZAS – TAK WYGLĄDAŁA TEGOROCZNA GWIAZDA MAZURSKA, IMPREZA, KTÓRA CO ROKU ŁĄCZY MIŁOŚNIKÓW ROWERÓW PRZEZ KILKA DNI.

W Gwieździe Mazurskiej chętnie uczestniczą rodziny z dziećmi, tak też było i w tym roku. Maraton mimo, że jest polecany również najmłodszym, nie należy do najłatwiejszych. Jazda na rowerze dzień po dniu wymaga mobilizacji, kondycji i samozaparcia. Ten kto spróbuje wystartować choć raz, wie że z Gwiazdy wyjeżdża się z uczuciem satysfakcji i spełnienia, a sportową rywalizację dopełnia cudowna rodzinna atmosfera.

TECHNICZNA NIDZICA

W Szczytnie, w pełnym słońcu, rozpoczął się pierwszy etap czterodniowych zmagani. Blisko 250 zawodników wystartowało w jeździe indywidualnej na czas, pokonując dystans 5 kilometrów wokół jeziora Domowego Dużego. Dzień później w Jedwabnie odbył się drugi etap. Pogoda sprzyjała amatorom ścigania. Deszcz pojawił się dopiero po zakończeniu rywalizacji. Prawie 300 uczestników wystartowało w tym maratonie, wybierając jeden z trzech dystansów. W Purdzie trasa była wymagająca a cięższa technicznie od poprzednich etapów, ale wysiłek wynagradzały przepiękne widoki. Zakończenie cyklu zorganizowano w Nidzicy. Najtrudniejsza trasa i czwarty dzień zmagani dały się we znaki kolarzom, ale ambi-



FOT.: Z. KOWALSKI / FOTOREPORTAZ.COM.PL

cja i samozaparcie nie pozwalały odpuszczać ani ma chwilę. - Jeżeli chodzi o Nidzicę to był to piękny techniczny maraton dystansu "mega" (przynajmniej porównywalny a ubiegłorocznym Suprasłem i Skarżyskiem - Kamiennym a nawet od nich jeszcze ciekawszy!) - i to wreszcie górskiego MTB - super podjazdy na które praktycznie wszystkie można było podjechać - bardzo techniczne serpentynowe zjazdy, ciekawe single i troszkę błotka... - ocenił na forum użytkownik Fionotron.

2:0 DLA ZAWODNIKÓW

Poza maratonem na zawodników czekały dodatkowe atrakcje. Nadleśnictwo Olsztyn przygotowało konkursy z wiedzy przyrodniczej, w których można było wygrać wiele upominków. Czynnie zaangażowane były w pomoc Nadleśnictwo Nidzica oraz Nadleśnictwo Jedwabno, które miało swoją prezentację na maratonie i rozdawało sadzonki drzew. Odbyło się szkolenie z umiejętności udzielania pierwszej pomocy.

Z okazji Dnia Dziecka wszystkie dzieci otrzymały od nas bidony, a sportowe zmagania dopełnił mecz Zawodnicy kontra Organizatorzy, gdzie zawodnicy okazali się bezkonkurencyjni wygrywając spotkanie 2:0. Po meczu odbyło się ognisko i tradycyjny „Wieczorek Gwiazdy Mazurskiej”.

KTO WYGRAŁ?

Zwycięstwo w maratonie zapewnili sobie zawodnicy, którzy w trakcie czterodniowej rywalizacji zebrali największą liczbę punk-



Ten kto spróbuje wystartować choć raz, wie że z Gwiazdy wyjeżdża się z uczuciem satysfakcji i spełnienia, a sportową rywalizację dopełnia cudowna rodzinna atmosfera.

ska. W kategorii mężczyzn, na dystansie Fit pierwsze miejsce zajął Paweł Szczygielski (Szczytno), drugi był Piotr Krakowiak (Mazovia MTB Team), a trzeci był Robert Zalewski (www.rowerek.eu&MAXXIS). Krakowiak zdobył się na wspaniały gest - wywalczoną w maratonie nagrodę przekazał Mariuszowi Kowalskiemu startującemu na tym samym dystansie, zwracając przy tym uwagę na bohaterstwo Mariusza, który jest osobą niepełnosprawną i ma tylko jedną rękę, a w trakcie tych czterech dni pokonywał trasę bez żadnej taryfy ulgowej.

Najszybszą kobietą w czterodniowej klasyfikacji na dystansie Fit była Monika Wrona (Warszawa), druga była Aleksandra Rudzińska (Warszawa), a trzecia Maria Lipowiecka (Compas Bike Team) Najlepszy na dystansie Mega okazał się Radosław Gołębiewski (TCC Jade Toruń), drugi był Michał Capała (MTB Team RMF FM Rockstar Energy Drink), a trzecie miejsce zajął Michał Wyżlic (Algida Kross Centrum Rowerowe Olsztyn). W kategorii kobiet najszybsza była Krystyna Żyżyńska (MYBIKE.PL), drugie miejsce zajęła Katarzyna Dalbiak (AIR-BIKE.PL), a trzecia była Elżbieta Kaca (MYBIKE.PL).

» CIEKAWOSTKI Z KOLARSKIEGO ŚWIATA

RUBRYKA TWORZONA WSPÓLNIE Z VELONEWS.PL

MAJA WŁOSZCZOWSKA O KROK OD ZWYCIĘSTWA

PASJONUJĄCY WYŚCIG ELITY KOBIET ROZEGRANY W NIEDZIELĘ PODCZAS PUCHARU ŚWIATA W CZESKIM NOWYM MIEŚCIE

Wygrała Słowenka Tanja Zakelij. Druga na metę dojechała Maja Włoszczowska (Giant Pro XC Team). W wyścigu elity mężczyzn dwóch gigantów kolarstwa górskiego - Julien Absalon i Nino Shurter - stoczyły ze sobą pasjonujący pojedynek, z których lepszy okazał się Shurter. Lokalna publika głośno dopingowała swojego ulubieńca - Jarsolava Kulhavego - jednak nie utrzymał on tempa najlepszym. Marek Konwa zakończył zmagania na znakomitej 14. pozycji.

Impreza Pucharu Świata MTB w Czechach jest uznawana już od 2 lat za najlepsze wydarzenie sezonu. I tym razem oprawa, publika oraz cała atmosfera była znakomita! Wyścig elity kobiet przebiegał pod dyktando czterech zawodniczek



FOT.: PIOTR MATYGA / WIKIMEDIA

- Maja Włoszczowska, Katherine Pendrel, Tanja Zakelij i liderka z Albstadt Eva Lechner. To one już na początku oderwały się od stawki i tasowały między sobą. Bardzo dobrze przebiła się z odległej pozycji startowej Polka, która już na pierwszym podjeździe rundy rozbiegowej jechała na początku. Mocne tempo narzuciła Kanadyjka Pendrel, jednak to objawienie tego sezonu, młoda zawodniczka ze Słowenii - Tanja Zakelij, zdołała wyjść na prowadzenie na przedostatniej rundzie i tylko Maja Włoszczowska trzymała jej koła. Zapowiadał się pasjonujący sprinterski finisz na asfaltowej prostej, niestety na ostatnim zakręcie Polka upadła, przez co straciła szansę na walkę o zwycięstwo. Pendrel była daleko za Mają, więc ta bezpiecznie dowiozła drugą lokatę. Z

walki o pierwszą trójkę Eva Lechner została wyeliminowana przez przebitą oponę, na szczęście wypracowana przewaga pozwoliła jej na dowiezienie 4. pozycji.

Warto zwrócić także uwagę na start naszych pozostałych reprezentantek. Anna Szafraniec w tym roku wystartowała po raz pierwszy w Pucharze Świata i z odległej pozycji startowej przebiła się do pierwszej dwudziestki kończąc wyścig na 18. pozycji. Dobrze pojechała Ola Dawidowicz, która zakończyła zmagania tuż za Anią, na 19. pozycji. Na 29. miejscu dojechała Katarzyna Solus-Miśkowicz. Paula Gorycka (4F Racing Team) nie zaliczyła tego startu do udanych - ukończyła na 39. pozycji przejeżdżając wszystkie 5 rund.

● velonews.pl

maratony
Z CHARAKTEREM

MARATONYZCHARAKTEREM.PL

DZIAŁ HANDLOWY

Tomasz Kokoszka
t.kokoszka@presspekt.pl
tel. kom. 536 999 459

DZIAŁ DYSTRYBUCJI

Klaudiusz Świerkot
k.swierkot@presspekt.pl
tel. kom. 536 999 465

DZIAŁ GRAFICZNY

Leszek Waligóra
waligora@presspekt.pl
tel. kom. 530 57 97 57

PRESSPEKT
WYDAWNICTWO

WYDAWNICTWO PRESSPEKT

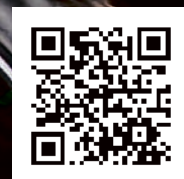
ul. Łużycka 12
41-902 Bytom
tel. (32) 720 97 07
wydawnictwo@presspekt.pl
www.presspekt.pl

WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE
REDAKCJA NIE ODPOWIADA ZA TREŚĆ REKLAM



**BĄDŹ LIDEREM
W KAŻDEJ SYTUACJI**

www.rowerymerida.pl



Dobierz rower
dla siebie.

1 ZŁOTO
SREBRO
OLIMPIADA

12 ZWYCIĘSTW
MISTRZOSTWA ŚWIATA

4 KRYSZTAŁOWE
KULE
PUCHAR ŚWIATA

18 ZŁOTYCH MEDALI
MISTRZOSTWA
EUROPY

5 ZWYCIĘSTW
PUCHAR ŚWIATA
drużynowa kl. generalna

PRAWIE JAK DZIELNICA STOLICY

45 TYSIĘCZNE MIASTO O UNIKATOWEJ HISTORII, POŁOŻONE POŚRÓD LASÓW MAZOWIECKIEGO PARKU KRAJOBRAZOWEGO BĘDZIE KOLEJNĄ ARENĄ ZMAGAŃ ZAWODNIKÓW UCZESTNICZĄCYCH W MERIDA MAZOVIA MTB.

» SAKWA INFORMACJI

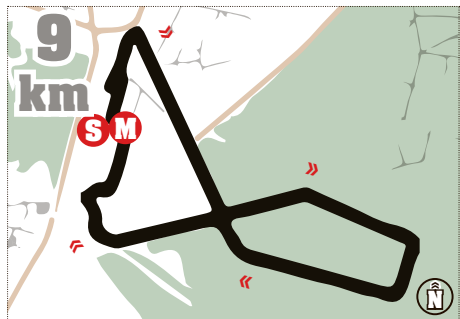
• NIEZBĘDNE ADRESY



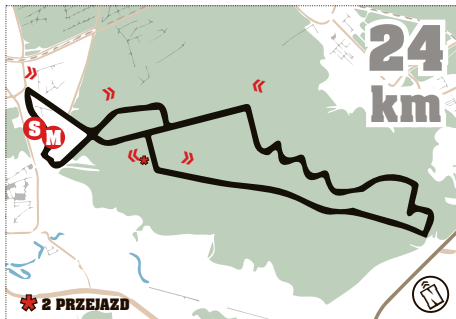
START: STADION MIEJSKI, UL. SPORTOWA 1, OTWOCK
WWW: www.mazoviamtb.pl/?stat=204

• DYSTANSE (UWAGA: TRASY MOGĄ JESZCZE ULEC KOREKTOM)

HOBBY ●●●●●



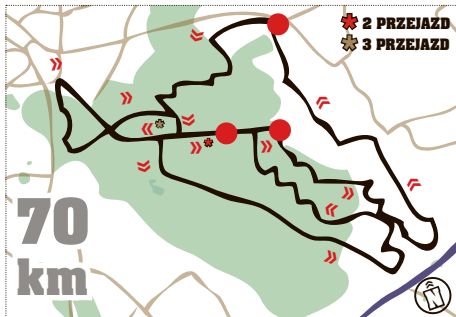
FIT ●●●●●



MEGA ●●●●●



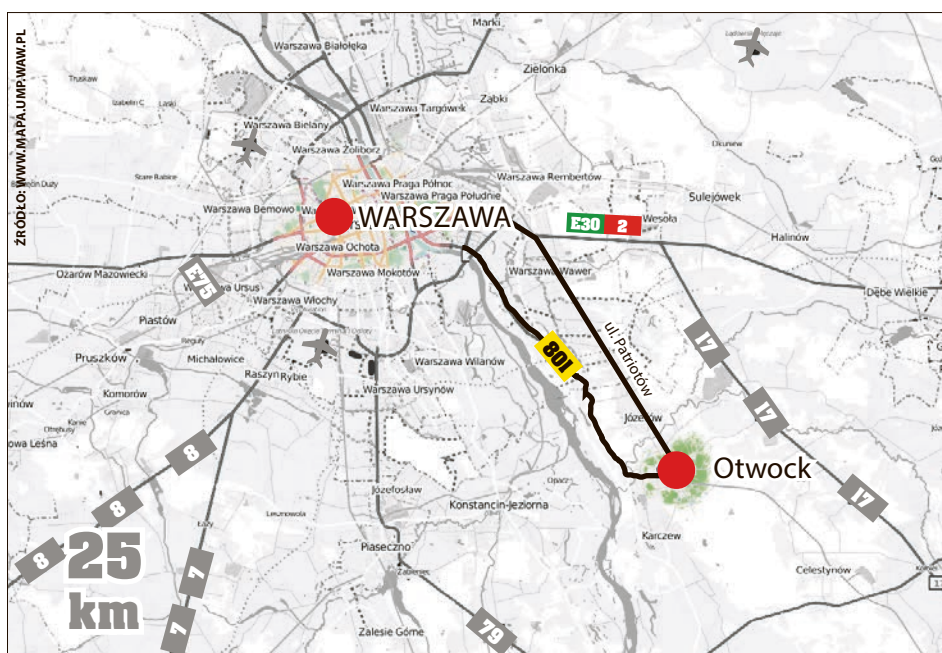
GIGA ●●●●●



• INNE

prysznic, myjka rowerowa, zadaszona hala, szatnie

• DOJAZD DO MIASTA



• PROGRAM ZAWODÓW

SOBOTA (31.03)

12.00 - 16.00 zapisy w
Biurze Zawodów,

NIEDZIELA (1.04)

8.00 - 10.30 zapisy
w Biurze Zawodów,
10.30 - ustawianie

zawodników w sektorach

startowych, 13.45 - dekoracja

11.00 - start maratonu, dystansu Fit,

dystanse Fit, Mega i Giga, 14.00 - dekoracja

11.05 - start dystansu Mega,

dystansu Hobby, 14.30 - dekoracja

13.00 - dekoracja

dystansu Giga.

• POGODA: SOBOTA



20
st.C

1004 hPa, wiatr 3m/s

Mowa oczywiście o Otwocku, oddalonym od centrum Warszawy o zaledwie 25 kilometrów, czyli mniej niż niektóre dzielnice stolicy. Dobry dojazd umożliwiony jest dzięki pięciu drogom łączącym Otwock ze stolicą, w tym jedną szynową. Na uczestników wypadów „za miasto” czeka wiele zadziwiających i nastrojowych miejsc, których urok można docenić na trzech trasach turystycznych przygotowanych przez miejscowe ładze. Unikatowe wartości Otwocka są wynikiem koncentracji walorów klimatycznych, położenia i dóbr natury. Wykorzystali je wyjątkowi ludzie, którym udało się stworzyć na początku XX w. uzdrowisko, miasto-ogród. W Otwocku, leczyla się cała Polska, a latem wypoczywała Warszawa.

OBY NIE BYŁO ŚNIEGU!

My mamy nadzieję, że po wizycie w Otwocku wy nie będziemy musieli się... leczyć. A dokładnie – liczymy, że nie powtórzy sytuacja z ubiegłego roku. To co wtedy wyczyniała pogoda nad Otwockiem przejdzie do historii Merida Mazovia MTB Maratonów. Było wszystko: śnieżyca, wichura, słońce, ziąb i momentami przyjemne ciepło. Nie przeszkodziło to liczącemu blisko 1500 osób peletonowi przejechać trasy otwierającego sezon wyścigu. Prognozy pogody są dość niepokojące – co prawda 24 stopnie Celsjusza, ale także opady deszczu...

PIASKOWO, NIE PIASZCZYŚCIE

Trasa została wyznaczona zgodnie z tradycjami MTB. Jest specjalnie dobrana na wczesną wiosnę. Piach, którego jest dużo w tych lasach wysuszy miejsca podmokłe i śliskie. Jest kilka twardych odcinków szutrowych, większość dróg jest piaskowa (ale nie koniecznie piaszczysta), sporo jedziemy po lesie (korzenie) oraz

po ścieżkach (single tracki). Start ze stadionu w Otwocku po asfalcie. Do wyboru są cztery dystanse. Najkrótszy, przeznaczony dla rodzin z dziećmi to Hobby długości 9 kilometrów, na którym rozjazd następuje po 4500 metrów. Fit liczy sobie 24 km, rozjazd po 17 km, a bufet kawalek dalej. Mega to 44 kilometry z dwoma bufetami na 18 i 32 km. Najdłuższy i najbardziej wymagający dystans Giga to 70 km, a organizatorzy zaplanowali aż cztery bufety – na 18, 32, 42 i 58 km.

TAŃSZE OPONY

Cezary Zamana na warunki w Otwocku proponuje opony typu semi-slick. W związku z tym firma Banaszek Duda Company przygotowała 20% rabatu na opony Geax Aka, Geax Mezcal i Geax Saguardo na swoim firmo-

wym stoisku podczas maratonu, w sklepach i na stronie internetowej www.skleprowerowy-duda.pl. W Otwocku można będzie także skorzystać z pomocy firmy Unior. Jej specjaliści Używając profesjonalnych narzędzi rowerowych zapewnią obsługę podstawowych mechanizmów tuż przed startem. Sprawdzą i wyregulują przerzutki i hamulce, ustawią stery i siodełka. Wymiana opon czy łańcucha to przecież żaden problem, a wszystko zostanie wykonane bezpłatnie.

KAWA, PĄCZKI I NAPOJE

Amatorów kawy ucieszy obecność Idee Caffè - serwującej bezpłatną kawę dla uczestników (nowością będzie możliwość zamówienia kawy mrożonej). Będzie z nami Red Bull, który doda nam wszystkim skrzydeł. Gościem specjalnym kolejny raz będzie najstarsza i najlepsza w Warszawie firma cukiernicza Blikle, która specjalnie dla zawodników przygotowuje przepyszne pączki z dziurką. Na etapie w Otwocku przeprowadzimy także Premię Autoland. Wszystkie dzieci zapraszamy do nauki jazdy na rowerkach biegowych Puky Race, udziału w mini wyścigach oraz namiotu pełnego zabaw. Polecamy także stoisko firmy Nutrend - sponsora cyklu, który w trakcie maratonu zapewni Wam na trasie batony, żele energetyczne, płyny izotoniczne, a w miasteczku możecie kupić w bardzo atrakcyjnych cenach duży asortyment odżywek. W edycji cyklu Merida Mazovia MTB Marathon 2013 w Otwocku zorganizowana będzie klasyfikacja mieszkańców Otwocka. Wylonimy najlepszego mieszkańca Miasta w kategorii Open na dystansach Hobby, Fit, Mega i Giga z podziałem na płeć. W klasyfikacji mogą wziąć udział mieszkańcy miasta Otwock. W związku z powyższym osoby zainteresowane proszone są do zgłoszenia się w dniu maratonu w biurze zawodów do w/w klasyfikacji.

Liczymy, że nie powtórzy sytuacja z ubiegłego roku. To co wtedy wyczyniała pogoda nad Otwockiem przejdzie do historii Merida Mazovia MTB Maratonów. Było wszystko: śnieżyca, wichura, słońce, ziąb i momentami przyjemne ciepło.



» Otwock zawsze sprzyja biciu rekordom frekwencji na Mazovii MTB. Czy teraz będzie podobnie?

Traumon®

etofenamat

usuwa **ból** z miejsca

Specjalista w leczeniu **bólu**:

- przy urazach, kontuzjach
- w chorobie zwyrodnieniowej
- w reumatyzmie

3 PROSTE KROKI DO POZBYCIA SIĘ BÓLU:

1. Spryskaj bolące miejsce aerozolem Traumon.
2. Wetrzyj delikatnie lek w skórę.
3. Wracaj do pełnej sprawności ruchowej!



Laureat
Nagrody Zaufania
ZŁOTY OTIS 2013
w kategorii:
Leki przeciwbólowe
do stosowania
zewnętrznego



**DOSTĘPNY W APTEKACH
BEZ RECEPTY**



AEROL NA SKÓRĘ

Traumon®

DOSTĘPNY TAKŻE W FORMIE ŻELU

Ruszaj w plener!



1. NAZWA: Traumon (Etofenamatum) 2. SKŁAD: 1 ml roztworu zawiera 100 mg etofenamatu (Etofenamatum). 3. POSTAĆ FARMACEUTYCZNA: aerozol na skórę, roztwór 4. WSKAZANIA DO STOSOWANIA: Tępe urazy, takie jak: stłuczenia, skręcenia, naciągnięcia mięśni, ścięgien i stawów. Choroba zwyrodnieniowa stawów kręgosłupa, kolanowych, barkowych. Reumatyzm pozastawowy: bóle okolicy krzyżowo-lędźwiowej, zmiany chorobowe w obrębie tkanek miękkich okółostawowych, tj. zapalenie kaletki maziowej, ścięgien, pochewek ścięgnistych, torebek stawowych (tzw. staw zamrożony), zapalenie nadkłykci. 5. PRZECIWWSKAZANIA: Leku Traumon nie należy stosować: w przypadku nadwrażliwości na etofenamat, kwas flufenamowy lub którąkolwiek substancję pomocniczą leku, lub inne niesteroidowe leki przeciwzapalne; u kobiet w ciąży; u dzieci ze względu na niewystarczające dane kliniczne w tych grupach pacjentów. 6. PODMIOT ODPOWIEDZIALNY: MEDA AB, Szwecja Pełna informacja o leku dostępna na życzenie w: Meda Pharmaceuticals Sp. z o.o., Al. Jana Pawła II nr 15, 00-828 Warszawa, tel. +48 22 697 71 00, e-mail: traumon@meda.pl. TRA-093/19/088/05-2013

MEDA

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

**ROWERY CUBE
W WYJĄTKOWO
ATRAKCYJNYCH CENACH**

Wakacje na **CUBE**



ski team®
PRO-SHOP

ul. 17 Stycznia 36/38, Warszawa
ul. Karolkowa 17/19, Warszawa
ul. Marlbońska 51/53, Warszawa

ski team®
OUTLET

FASHION HOUSE PIASECZNO, ul. Puławska 42E, Piaseczno
FACTORY URSUS, Pl. Czerwca 1976r., Warszawa

Sprawdź ofertę i adresy pozostałych sklepów na **www.skiteam.pl**