

معلومات عامة:

سباق "من الجبل إلى الوادي" هو سباق بدل جماعي مسافته 200 كم، ويستمر لمدة 20 ساعة. إنه السباق الوحيد من نوعه في البلاد، وينظم مرة واحدة في السنة، وذلك للمرة الرابعة. يبدأ يوم الخميس الموافق 3 أيار للعام 2012 (2012/05/4-3) في موقع الأسد الزائر- تل حاي على وادي الحولة، يبدأ السباق بانطلاق تصنيفي والذي سيتم بين الساعة الخامسة والسادسة مساءً، وذلك وفقاً لتقييم سرعة العدو المجموعات. ويستمر على امتداد المناظر الطبيعية لوادي الحولة، بحيرة طبريا، سهل البطوف، مرج بن عامر، وينتهي في بلدة " تيمرات" يوم الجمعة، الموافق 4 أيار للعام 2012، بين الساعة السابعة والعاشر صباحاً. يقسم السباق إلى 24 مقطع، مسافة كل منهم 5-14 كم. يتبدل المشاركون في المقاطع المختلفة وفقاً لنظام سباق البدل. تشارك في السباق مجموعات تتكوّن من 4، 6 و8 مشاركين، ومسارين آخرين للمسافات 127 كم، 215 كم (رجال، نساء أو مجموعات مختلطة) التي تتبادل فيما بينها. في الفئة التنافسية، يعدو كل متسابق في المقطع ثم يسترح حتى عدو جميع أفراد المجموعة وفقاً لترتيب المحدّد مسبقاً وهكذا دواليك. في المجمل، يعدو كل متسابق ثلاثة، أربعة أو ستة مقاطع، وذلك وفقاً لعدد المتسابقين في المجموعة. بالإمكان العدو ضمن الفئة غير التنافسية حيث لا أهمية لترتيب المشتركين. ترتيب وعدد المقاطع الذي يعبره كل مشترك يحدّد من قبل المجموعة.

سيتم هذه السنة إضافة فئة للأفراد الذين سيعدون في مسار تصل مسافته إلى 127 كم. ستكون نقطة الإنطلاق لهذه المجموعة من محطة كفر ناحوم، وسيستمر سباق على امتداد المسار وصولاً لنقطة الإنهاء في تيمرات.

مسؤولية منظّمى السباق:

خدمات التسجيل والفوائد المعطاة للمتسابقين، نقاط الانطلاق والانتهاج بالإضافة إلى محطات التبدل، توفير طاقم طبي، تعليم المسار بواسطة لافتات واضحة خلال ساعات النهار والليل، طواقم دعم وتوجيه على امتداد مسار العدو.

مسؤولية المتسابقين:

تنقل أعضاء المجموعة بين المحطات، والإهتمام بغذائهم وشرابهم، التزوّد بما يلزم خلال العدو ليلاً- معدّات الإضاءة. عليهم التأكّد من تزوّدهم بالمعدّات اللازمة (أنظر إلى قائمة المعدّات)، والتي دونها لا تجوز المشاركة في السباق.

المسار:

سيكون مسار السباق في الطبيعة الخلابة لشمالي البلاد، سيتمتع المتسابقون بالمناظر الطبيعية لهضبة الجولان ابتداءً من قلعة النمرود، مروراً في المواقع المركزية: البانياس، مسار نهر الأردن الجبلي، شمالي بحيرة طبريا، كيبوتس حوكوك، عيلبون، سهل البطوف، وادي صفورية، تمثال الكساندر وايد، مرج بن عامر، وصولاً إلى تيمرات. الرجاء الإطلاع على تفاصيل المسار.

تكوين مجموعة للسباق:

يعتبر سباق البدل لمسافات طويلة تجربة جماعية مميزة. خلال العدو، يعدو كل شخص بشكل منفرد وتكون التجربة شخصية، ولكن يطلب من أعضاء المجموعة العمل وفقاً للمتفق عليه بينهم وبالتعاون، كما يحظون بفرصة للتعرف على بعضهم البعض في أوقات غير اعتيادية: العدو على ضوء القمر، العدو عند شروق الشمس، التعب المتزايد، التغلب على العوائق وغيرها. أفراد المجموعة يتحدون ويتكثّلون خارج إطار السباق أيضاً.

المتطوعين:

يطلب من المتطوعين المعيّنين بمساعدة المتسابقين خلال المسار الاتصال بالمنظّمين. بالإمكان انتظار المتسابقين على امتداد نقاط الالتقاء في كل من المقاطع والتي يبلغ عددها 24 مقطع. سيساهم المتطوعون في توجيه المتسابقين في مسارهم خلال ساعات النهار والليل.

التسجيل:

يبدأ التسجيل 2012/02/1 عن طريق التسجيل في الموقع الإلكتروني للسباق في الشبكة العنكبوتية (الأنترنت- www.mountain2valley.org) بحيث تكون رسوم التسجيل للمتسابق، **290 شاقل**. أما **عدد الفرق الفرق** المشاركة لهذه السنة فمحدد بـ **300 فرقة كحد أقصى**.

لمزيد من الأستفسارات (في اللغة العبرية أو الإنجليزية)، الرجاء التوجّه بذلك إلى عنوان البريد الإلكتروني التالي **info.m2v@gmail.com** :
"يسرّنا دعوتكم لخوض التجربة، متمنين لكم النجاح".

منظّمي سباق البدل من الجبل إلى الوادي