Привет, атлет! Думаешь, что один раз подняться на Ахун это все, на что ты способен, да? Нет? Не знаешь? Так, может быть, проверим? Итак, ВНИМАНИЕ! 22-23 мая состоится уникальный в своем роде забег – испытание АХУН 24 ЧАСА ПЕРЕЗАГРУЗКА!

 Все гениальное просто! Спортсменам в течении суток необходимо подняться на гору Ахун максимальное количество раз. Это могут быть подъемы, как по тропам «ДаунХилла» или «Классики», так и по асфальту, и даже с 5-го километра. Необязательно это делать нон-стопом. Ты можешь подняться один/два раза 22-го и один 23-го мая и получить медаль финишера! Интересно?

 Итак, правила:

1. Для участия необходимо зарегистрироваться на <https://orgeo.ru/> (регистрация скоро откроется), выбрав категорию: ПРОФЕССИОНАЛ (нон-стоп), ЛЮБИТЕЛЬ (2+ Ахуна) или НОВИЧОК (1).
2. Произвести оплату в размере 300 рублей в качестве подтверждения участия до 18-го мая.
3. В срок с 10:00 22.05.21 до 10:00 23.05.21 совершать подъемы на гору Ахун, фиксируя их посредством приложений, либо спортивных часов. ВАЖНО! Использовать любые средства передвижения ЗАПРЕЩЕНО!
* (Гора находится в свободном доступе круглосуточно. Можно проверить себя абсолютно безоплатно!)

 Пункты питания НЕ ПРЕДУСМОТРЕНЫ Спортсменам, желающим «оторваться» по полной, рекомендуем припарковать свой автомобиль со всем необходимым (с едой, водой, одеждой) рядом с рестораном «Кавказский Аул» или скооперироваться с кем-то из участников, в случае его (авто) отсутствия.

 Информация по большей части для «Любителей» и «Новичков»! С 9:00 в кафе возле башни на горе Ахун работает кафе, где можно купить чай, фрукты или выпечку.

!!! Питьевой воды по дистанции и на вершине НЕТ!

 Контрольное время заканчивается в 10:00 на ГОРЕ АХУН!!! «Опаздунам» дается 60 минут, после чего следует DNF. В случае одинакового количества подъемов победитель будет определен по наименьшему затраченному времени. Все набранные метры высоты пойдут в зачет #everestchallenge и по одному Ахуну в день для испытания - #ахун2521. Наибольшее количество «Ахунов» также будет вознаграждено. Погнали?

 Более подробная информация будет на днях опубликована в группе ВК <https://vk.com/club176677711>

Задачи: Популяризация здорового образа жизни, проверка своих возможностей, мотивация.

Дополнение.
 Основная задача испытания для искушенных спортсменов – набор высоты равной Эвересту (8848м).

Описание маршрутов:

 ДаунХилл в этом случае наиболее удобный маршрут. На 4 км дистанции приходится 660 метров набора. Начало тропы от трансформаторной будки, чуть выше ресторана «Кавказский Аул». (см.трек). Троп в лесу много. Большинство из них сходятся в одну, но не стоит забирать вправо – выйдете к частным домам. Рекомендуется держаться левой стороны. От начала тропы метров через триста первая развилка. Можно свернуть на мостик, а можно выйти на плечо и продвигаться до тех пор, пока не упретесь в дорогу. На другой ее стороне бугор с неприятным, крутым спуском. Рекомендуется его обойти слева, спустившись в каньон, либо справа, выбежав на асфальт. В этом случае через 30 метров надо снова вернуться в лес. Дальше тропа особо не разделяется, но начинается самый агрессивный участок. На слиянии с «Классикой» надо повернуть направо и подниматься по бетонке до башни. Выбегать на площадь к ресторану «Ахун» необязательно, достаточно «дать пять» стене замка со стороны тропы.

 «Классика» (не рекомендуется) – начало участка от ресторана «Кавказский Аул», через калитку (вход в Национальны парк платный – 200 рублей с человека) по туристической тропе бежите до первого водопада, потом осуществляете подъем мимо других и выбегаете на слияние рек Агуры и Огурчика. Слева тропа уходит на Орлиные Скалы, Ваш же маршрут продолжается на другом берегу. Начало подъема довольно-таки агрессивное (можно обойти слева, но после снегопадов там приличный бурелом). Далее все логично – все время вверх.

 «Асфальт» - Начало участка из-под эстакады «Обход Сочи». Вы бежите все время по дороге, никуда не сворачивая. Протяженность 10 км, промежуточный финиш на большой парковка у подножия колеса обозрения. Маршрут спуска выбираете по желанию.
 «Асфальт с 5-го км». – Начало участка, соответственно, с 5-го километра дороги на Большой Ахун. Для ориентировки – это дорожный карман после поворота на 180 градусов (километром выше Пацхи.) Промежуточный финиш идентичен предыдущей дистанции.