

YARIŞ
KİTABI

RACE
GUIDE

RUN IN CAPPADOCIA

15 - 16 EKİM / OCTOBER
URGUP - TÜRKİYE, 2022



İsim Sponsoru / Title Sponsor

SALOMON

Kurumsal Destekçiler / Corporate Partners



Co-Sponsorlar / Co-Sponsors



SALOMON CAPPADOCIA ULTRA TRAIL®



Sponsorlar / Sponsors



Tanıtım Destekçileri / Media Partners



Sosyal Sorumluluk Ortağı / Social Responsibility Partner



#runincappadocia



KAPADOKYA'YA HOŞ GELDİNİZ! WELCOME TO CAPPADOCIA!

Sayfa | Page **4 - 5**

SALOMON CAPPADOCIA ULTRA-TRAIL®

Sayfa | Page **6 - 7**

SALOMON CAPPADOCIA ULTRA-TRAIL® İYİLİK PEŞİNDE - ADIM ADIM

Sayfa | Page **8 - 9**

YARIŞA KATILAN ÜLKELER COUNTRIES AT THE RACE

Sayfa | Page **10 - 11**

YARIŞ ALANI RACE VILLAGE

Sayfa | Page **12**

YARIŞ PROGRAMI RACE PROGRAMME

Sayfa | Page **13 - 16**

GENEL BİLGİLER GENERAL INFORMATION

Sayfa | Page **20 - 25**

İSTASYON HİZMETLERİ CHECKPOINTS FACILITIES

Sayfa | Page **26 - 27**

EMANET ÇANTASI VE ETİKETİ DROP BAG AND STICKER

Sayfa | Page **28**

GÖĞÜS NUMARASI BIB NUMBER

Sayfa | Page **29**



PARKUR İŞARETLEME COURSE SIGNAGE

Sayfa | Page **30**

SALOMON **CAPPADOCIA ULTRA-TRAIL®**

Sayfa | Page **32 - 33**

SALOMON **CAPPADOCIA MEDIUM TRAIL**

Sayfa | Page **34 - 35**

SALOMON **CAPPADOCIA SHORT TRAIL**

Sayfa | Page **36 - 37**

CAPPADOCIA TEAM GAMES CUT - CMT - CST

Sayfa | Page **39 - 41**



ZORUNLU MALZEMELER MANDATORY EQUIPMENT

Sayfa | Page **42 - 43**

WEB TV CANLI YAYIN LIVE WEB TV COVERAGE

CANLI SONUÇLAR LIVE RESULTS

Sayfa | Page **44**

SALCANO KAPADOKYA ÇOCUK KOŞUSU SALCANO CAPPADOCIA KIDS' RUN

Sayfa | Page **46**

İSTASYON SERVİSLERİ CHECKPOINT SHUTTLES

Sayfa | Page **48**

KAPADOKYA'YA HOŞ GELDİNİZ!

WELCOME TO CAPPADOCIA!

Kapadokya 60 milyon yıl önce; tarihte Argeus olarak anılan volkanik Erciyes Dağı, Hasan Dağı ve Göllü Dađ'ın püskürttüğü lav ve küllerin oluşturduğu yumuŐak tabakaların milyonlarca yıl boyunca yağmur ve rüzgar tarafından aşındırılmasıyla ortaya çıkmıŐ eşsiz bir yapıya sahiptir.

Cappadocia is a unique place with its layered terrains formed by the erosion of hardened volcanic ash and lava that flowed from Mount Erciyes (formerly known as Argeus), Hasan Mountain and Golludag around 60 million years ago.

Bugün başta Nevşehir olmak üzere Kırşehir, Niğde, Aksaray ve Kayseri illerine yayılmış bir bölgedir. İnsan yerleşiminin Paleolitik döneme kadar uzanan Kapadokya'nın yazılı tarihi Hititler ile başlar. Tarih boyunca ticaret kolonilerini barındıran ve ülkeler arasında ticari ve sosyal bir köprü kuran Kapadokya, İpek Yolu'nun da önemli kavşaklarından biridir. Kayalara oyulan evler ve kiliseler, bölgeyi Roma İmparatorluğu'nun baskısından kaçan Hristiyan topluluklar için sığınak haline getirmiştir. Bu yönüyle Kapadokya bölgesi, doğa ve tarihin bütünleştiği bir yerdir. Coğrafi olaylar peri bacalarının oluşumuna neden olurken, tarihi süreçte, insanlar bu peri bacalarının içlerine evler, kiliseler oymuş, bunları fresklerle süsleyerek, binlerce yıllık medeniyetlerin izlerini günümüze taşımıştır.

Cappadocia covers the provinces of Nevsehir, Nigde, Aksaray, Kirsehir and Kayseri. While the earliest settlement in Cappadocia dates back to the Palaeolithic period, its written history starts with the Hittites. During the history, Cappadocia not only housed the trade colonies and established commercial and social bridges between countries, but was also one of the important crossroads of the Silk Road. Its rock carved houses and churches made Cappadocia a shelter place for the Christians running from the persecution of the Roman Empire. With this aspect, Cappadocia region is a place where nature and history are integrated. While geographic events formed the fairy chimneys, people carved their houses and churches into these fairy chimneys, decorated the churches with frescoes and carried the traces of thousands of years of their civilizations to present.

**HAYALİN GERÇEKLE BULUŞTUĞU EŞSİZ
COĞRAFYADA UNUTAMAYACAĞINIZ
BİR KOŞU DENEYİMİ!**

AN UNFORGETTABLE TRAIL RUNNING
EXPERIENCE WHERE DREAMS BLEND
WITH THE REALITY IN HEAVENLY LANDS

Türkiye

goturkiye.com





SALOMON CAPPADOCIA ULTRA TRAIL®

Salomon Cappadocia Ultra-Trail®, Dünyada en hızlı büyüyen uzun mesafe patika koşularından birisidir.

Salomon Cappadocia Ultra-Trail® is one of the world's fastest-growing long distance trail runs.

119 km, 63 km ve 38 km mesafelerinde üç parkurdan oluşan; Kapadokya vadilerinde ve patikalarında gerçekleşen bir arazi koşusudur. İlki 2014 yılında gerçekleşen ve 200 civarında koşucuya ev sahipliği yapan yarış 8 yıldır kesintisiz olarak her yıl Ekim ayında yapılmaktadır. Çok kısa sürede büyük bir katılım artışı sağlanmış ve 2021 yılında 2496 sporcu sayısına ulaşılmıştır. Ulusal ve uluslararası düzeyde yıl boyu devam eden tanıtım çalışmaları sayesinde artan ilgi, 2022 yılında bu sayının daha da artmasını sağlamıştır.

2022 yılı katılımcı istatistiği incelendiğinde kayıtlı sporcuların %41'i Avrupa ülkeleri ağırlıklı olmak üzere toplam 74 ayrı ülkeden gelen yabancı uyruklu sporcular olması dikkat çekicidir. Kadın katılımcıların sayısı da yıllar içerisinde artış göstermiş ve 2022 yılı katılımcılarının %44'ünü kadın sporcular oluşturmuştur.

There are three different races, with distances of 119 km, 63 km and 38 km, that pass through the valleys and trails of Cappadocia. The organization, which was held in 2014 for the first time and had around 200 runners, has been held every year in October without interruption for 8 years.. In this short period there was a significant increase in the number of runners reaching 2496 participants in 2021. Yearly publicity efforts increased the interest for the event both in national and international level and helped the participation number increase further in 2022.

A closer look into 2022 statistics reveals a notable foreign interest that 41% of the participants were from 74 different countries dominated by Europe. Over the years, number of woman participants has also dramatically increased, and in 2022, nearly 44% of participants were women.



Siz de Salomon Cappadocia Ultra Trail'de iyilik peşinde koşmak isterseniz, ipk.adimadim.org'u ziyaret etmeniz ve bir sorunuz olursa iyilikpesindekos@adimadim.org'a mail atmanız yeterli.

Salomon Cappadocia Ultra Trail de Adım Adım bünyesinde yardımseverlik koşusu yapılan yarışlar arasında...

Yardımseverlik koşusu, tüm dünyada sivil toplum kuruluşlarını (STK) desteklemek amacıyla kullanılan başarılı bir kaynak geliştirme metodudur. Gönüllü koşucular Mart 2008'den bu yana, Adım Adım tarafından geliştirilip, yönetilen İyilik Peşinde Koş Platformu'nda yer alan 100'ü aşkın sivil toplum kuruluşuna ait projeler için iyilik peşinde koşmuş ve bugüne kadar 800 bin bağışçıdan, toplam 91.7 milyon TL bağış toplanmasına aracılık etmişlerdir.

Şeffaflık ve hesap verebilirlik konusunda öncü olan Adım Adım, bütün bağışların anında izlenebileceği İPK (İYİLİK PEŞİNDE KOŞ) PLATFORMU – ile bu alanda Türkiye'de bir ilki gerçekleştirmiştir.

Yardımseverlik koşusu, sadece bağış demek değildir. Aynı zamanda kalbinizi ısıtan, çözülmesini arzu ettiğiniz, dikkat çekmek istediğiniz bir amacı sosyal çevrenize de duyurmuş olursunuz. Bu, yardımseverlik koşusu yaptığınız STK için bir nevi elçilik rolü üstlendiğiniz anlamına da gelir üstelik. Kısaca, bağışın yanı sıra, farkındalık sağlar ve sorunun çözümüne katkıda bulunursunuz.

Adım Adım'ın kayıtlı gönüllü koşucu sayısı 2021 Nisan ayı itibariyle 96 bin kişiyi aşmıştır!

YARIŞA KATILAN ÜLKELER

COUNTRIES AT THE RACE



75 ÜLKE
COUNTRIES

2022 KATILIMCI DAĞILIMI

2022 PARTICIPATION STATISTICS



240
39



514
158



680
376



2
Teams



9
Teams

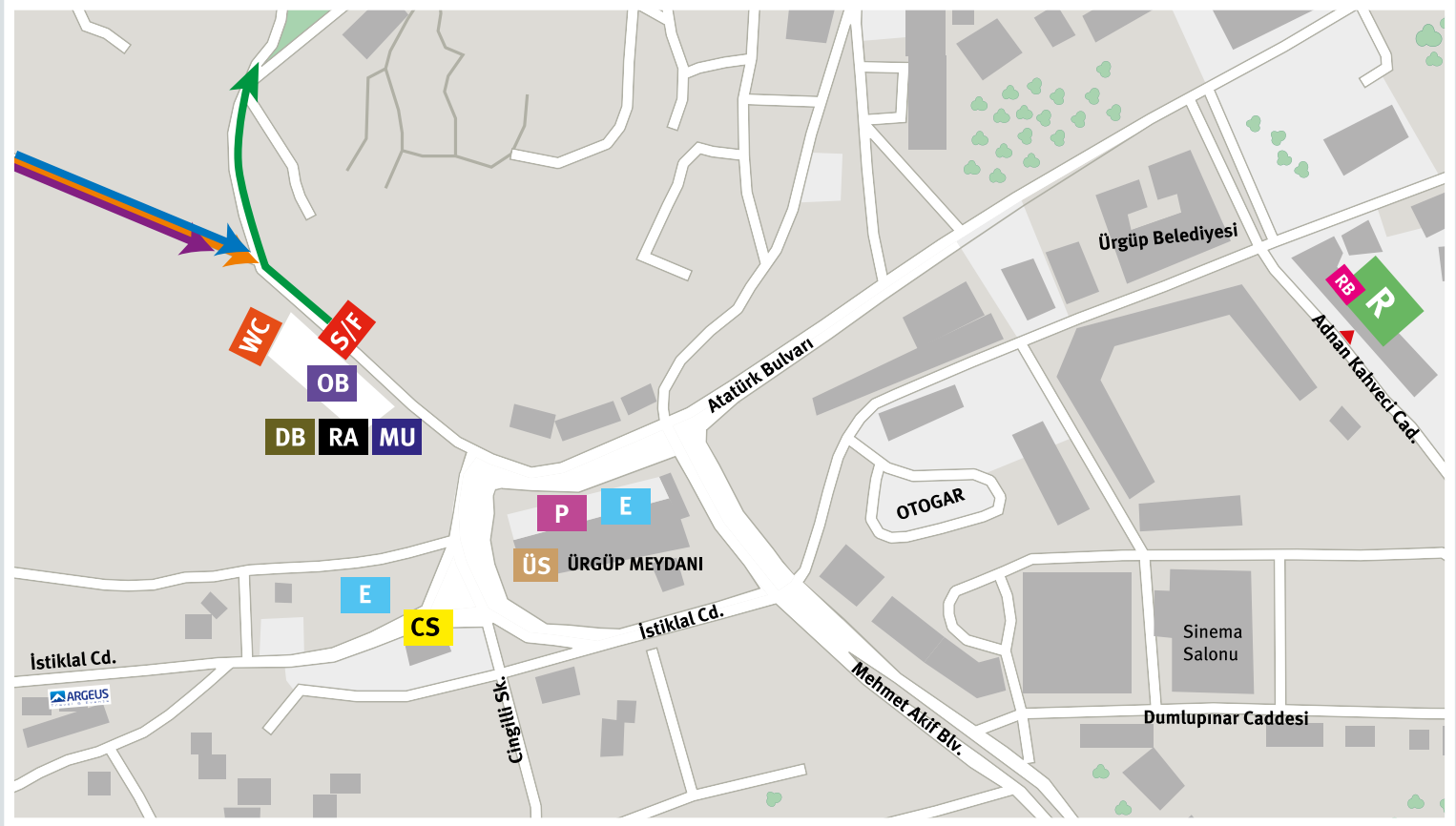


53
Teams

2224 koşucu
runners

YARIŞ ALANI

RACE VILLAGE



- | | | | | | |
|---------------------------|--------------------------|--------------------|------------------------------|-------------------------|------------------------|
| S/F START / FINISH | P PODIUM | DB DROP BAG | RA RESTING AREA | MU MEDICAL UNIT | R REGISTRATION |
| E EXPO | OB OPENING BUFFET | WC WC | CS CHECKPOINT SHUTTLE | RB RACE BRIEFING | ÜS ÜRGÜP SQUARE |



YARIŞ PROGRAMI

RACE PROGRAMME

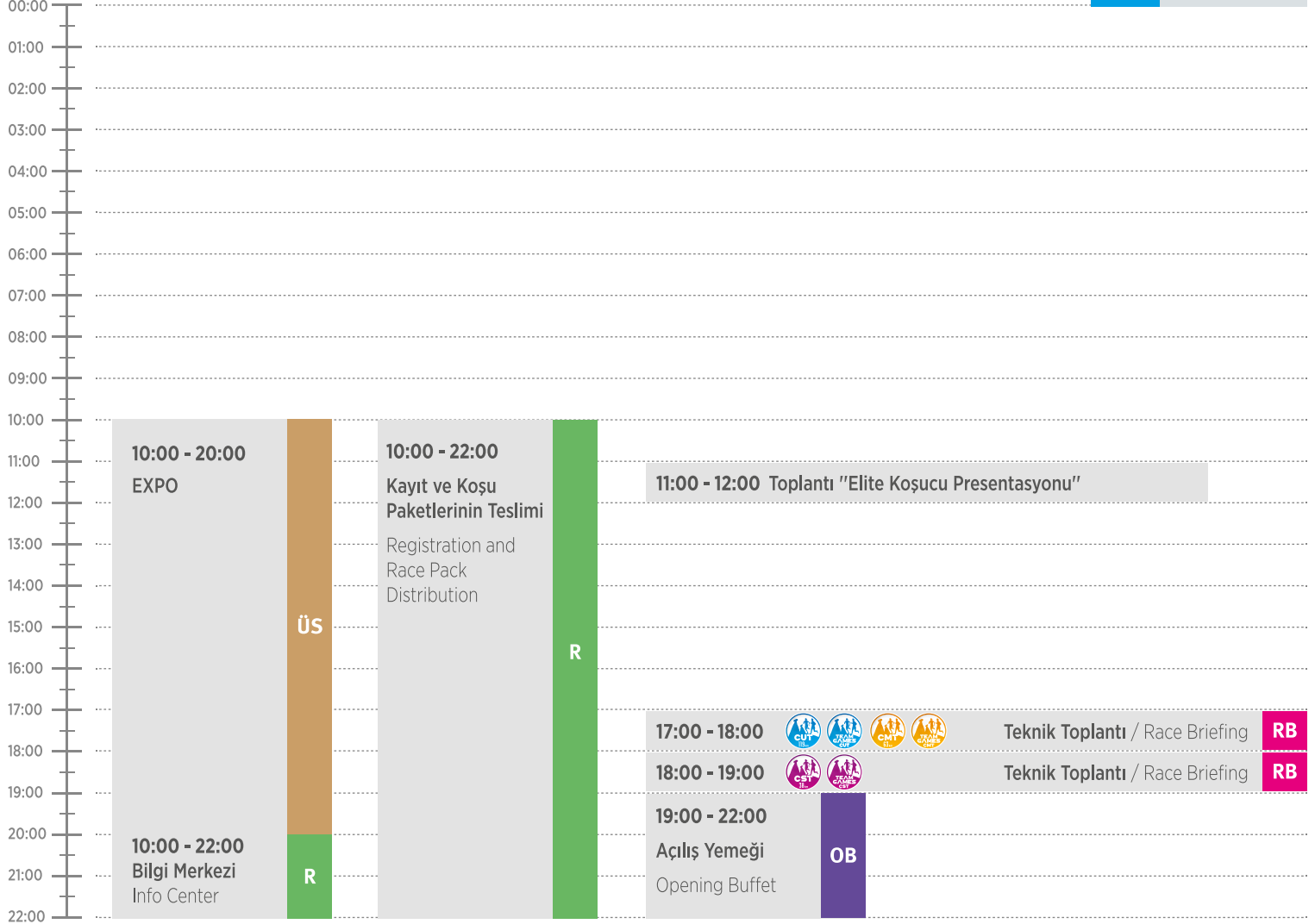
13 Ekim, Perşembe
October, Thursday



YARIŞ PROGRAMI

RACE PROGRAMME

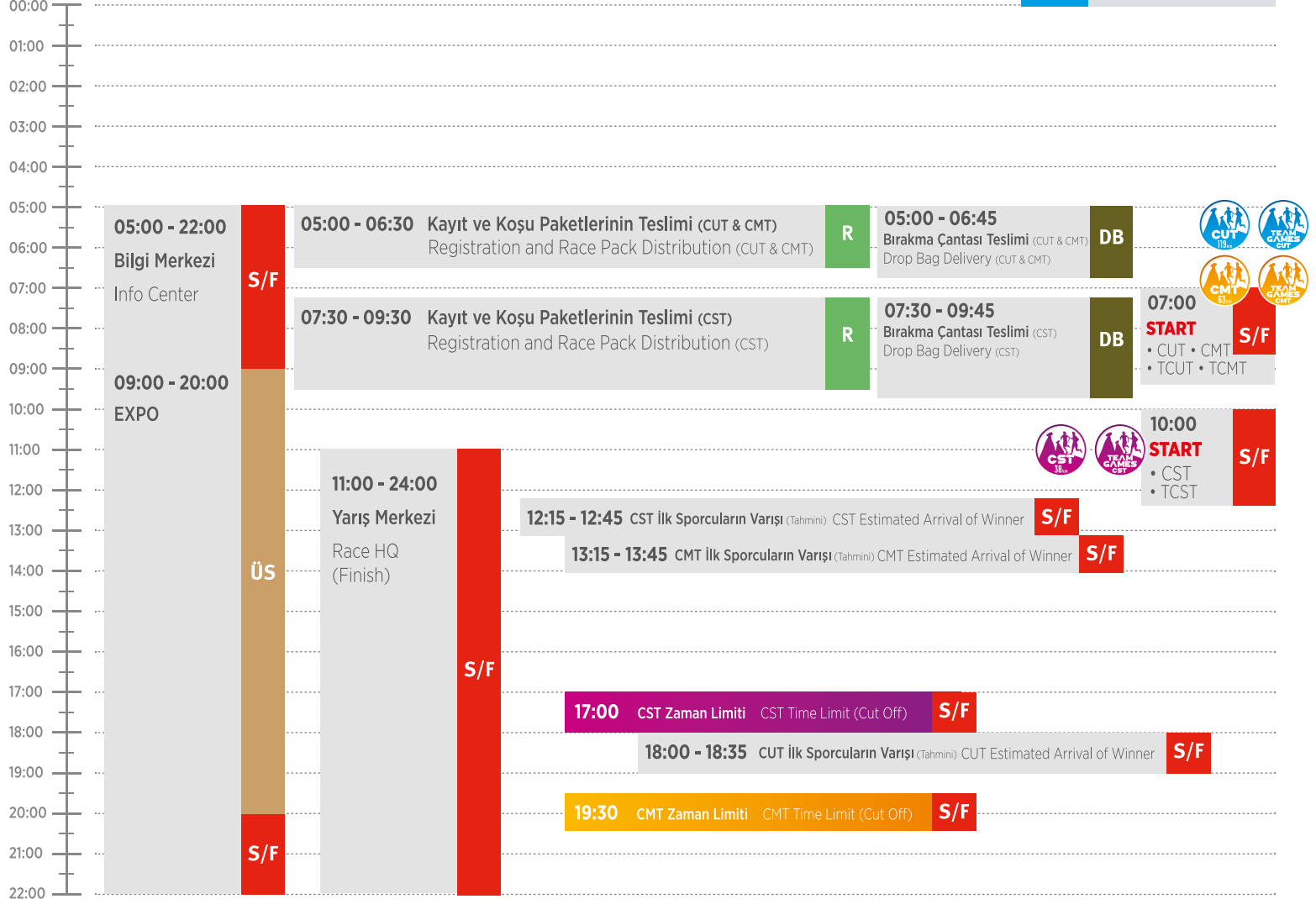
14 Ekim, Cuma
October, Friday



YARIŞ PROGRAMI

RACE PROGRAMME

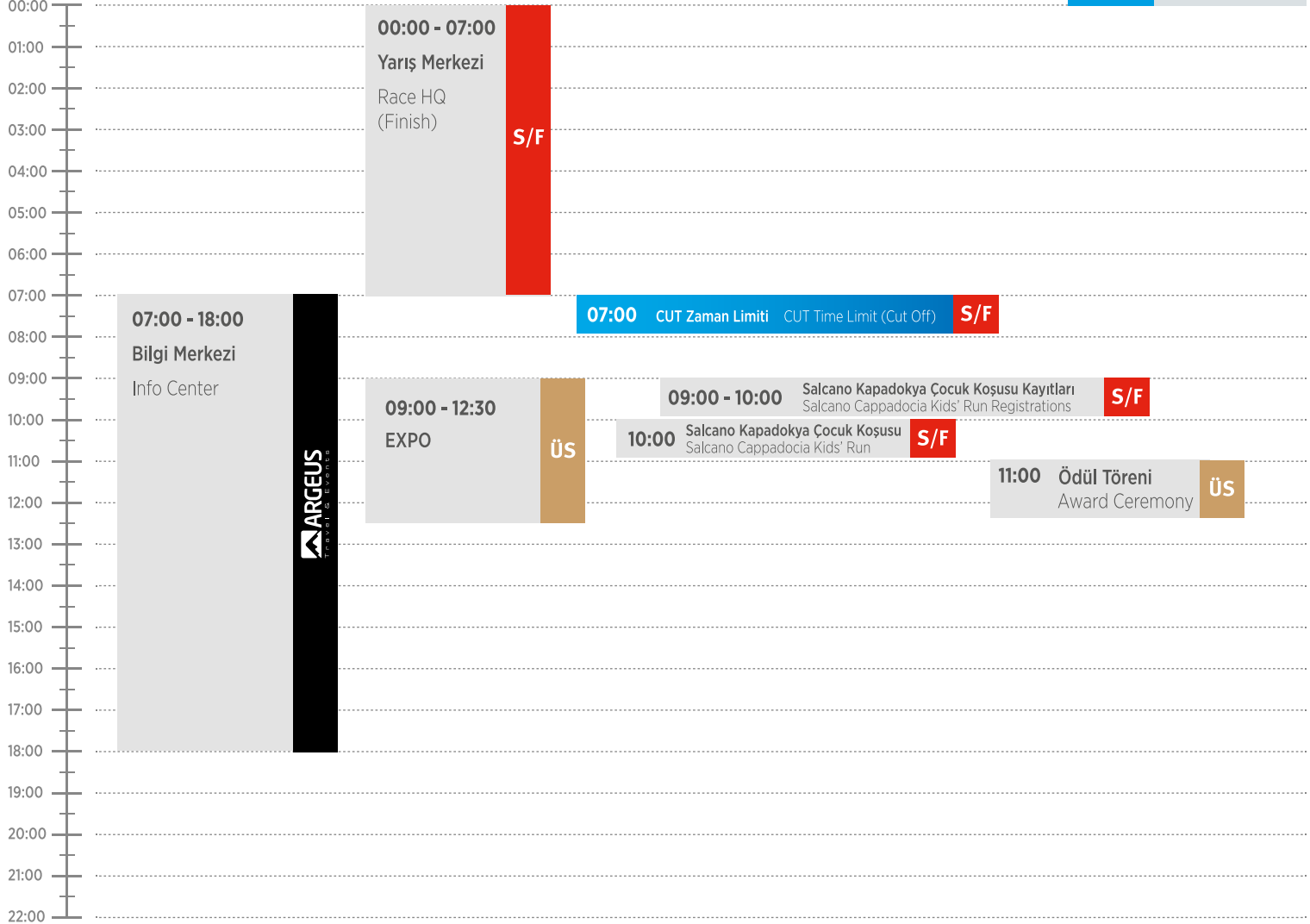
15 Ekim, Cumartesi
October, Saturday



YARIŞ PROGRAMI

RACE PROGRAMME

16 Ekim, Pazar
October, Sunday





www.salomon.com.tr

SALOMON



32.5 MEGA PIXELS
CMOS

Dual Pixel AF
CMOS

EVF
2,360,000
dots

15
Frames
Per Sec

EOS R teknolojisi ile donatılan EOS R7, APS-C tasarımıyla bir araya gelerek küçük, hızlı ve hibrit bir tam kare aynasız fotoğraf makinesi sunuyor.

Canon

**ÇARPICI EOS R
TEKNOLOJİSİ İLE
BİRİNCİ SINIF
HIZ VE PERFORMANS**



corendonairlines.com

ENJOY CAPPADOCIA!

We wish all the participants good luck!



your
holiday
airline.



GENEL BİLGİLER

1. KOŞU PAKETİ TESLİMİ

Göğüs numarası, koşu tişörtü ve diğer malzemeleri içeren koşu paketleri katılımcılara aşağıda belirtilen gün ve saatlerde kayıt merkezinde teslim edilecektir:

- 13 Ekim 2022 Perşembe 14:00 - 20:00 (CUT, CMT ve CST)
- 14 Ekim 2022 Cuma 10:00 - 22:00 (CUT, CMT ve CST)
- 15 Ekim 2022 Cumartesi 05:00 - 06:30 (sadece CUT ve CMT)
- 15 Ekim 2022 Cumartesi 07:30 - 09:30 (sadece CST)

Kayıtlı katılımcılar dışındaki 3. şahıslara koşu paketi teslim edilmeyecektir. Koşu paketi tesliminde kimlik kontrolü yapılacaktır. Ayrıca eğer daha önce elektronik olarak gönderilmediyse sağlık raporu ve feragatname belgeleri katılımcılardan teslim alınacaktır. Eksik belge olması durumunda koşu paketi teslim edilmeyecektir. **Zorunlu malzeme kontrolleri kit dağıtımı sırasında ve rastgele olarak istasyonlarda gerçekleştirilecektir.**

2. ZORUNLU MALZEMELER

Koşucuların koşu sırasında yanlarından bulundurmaları gereken malzemeler aşağıdaki tabloda belirtilmiştir. Organizasyon, koşunun herhangi bir noktasında zorunlu malzeme kontrolü yapma hakkına sahiptir. Kontrol sonrasında eksik malzemesi olduğu tespit edilen katılımcıların koşuya devam etmesine izin verilmeyecektir. Malzeme kontrolüne izin vermeyen katılımcılar diskalifiye edilir.



- Göğüs numarası ve zaman çipi
- Cep telefonu
- Su kabı (en az 1 litre)
- Bardak
- Koşu ayakkabısı
- Yağmurluk
- Şapka, bere veya bandana
- Acil durum battaniyesi
- Elastik Bandaj
- Kafa feneri ve yedek pilleri
- Düdük
- Powerbank (Minimum 6000 mah)
- Race bib and timing chip
- Mobile phone
- Water container (min. 1 lt.)
- Cup
- Running shoes
- Waterproof outer shell
- Hat, cap or bandana
- Emergency blanket
- Elastic bandage
- Head lamp with spare batteries
- Whistle
- Powerbank (at least 6000 mah)

Uyarılar:

- Göğüs numarası görünür şekilde giysi üzerine iliştirilmiş olmalıdır.
- Cep telefonunda acil durum telefon numarası (+90 535 5451878) kayıtlı olmalıdır.
- İstasyonlarda plastik bardak bulunmayacaktır.
- Kafa feneri çalışır durumda olmalıdır.
- Koşu ayakkabısı arazide ayağı koruyacak, gerekli dengeyi sağlayacak ve yeterli arazi tutuşu sağlayacak yapıda olmalıdır.

GENERAL INFORMATION

1. DISTRIBUTION OF RACE PACKS

Race packs including the race bibs will be distributed at the registration area in Urgup city center on the dates listed below.

- 13 October 2022 Thursday 14:00 - 20:00 (CUT, CMT, CST)
- 14 October 2022 Friday 10:00 - 22:00 (CUT, CMT, CST)
- 15 October 2022 Saturday 05:00 - 06:30 (CUT and CMT)
- 15 October 2022 Saturday 07:30 - 09:30 (only CST)

Race packs will not be distributed to third parties. Only registered participants will be allowed to collect their own race packs upon presentation of a photo ID, medical certificate and consent form if not submitted during online registration. Without this documentation race packs will not be given. **Mandatory equipment check will be held at kit distribution and randomly at the checkpoints.**

2. MANDATORY EQUIPMENT

During the race, the participants are obliged to carry the mandatory items listed in the tables below:

The organizer reserves the right to check mandatory equipment at any time during the race. Participants without any of the mandatory items shall be disqualified and will not be allowed to continue the race.



- Göğüs numarası ve zaman çipi
- Cep telefonu
- Su kabı (en az 1 litre)
- Bardak
- Koşu ayakkabısı
- Düdük
- Race bib and timing chip
- Mobile phone
- Water container (min. 1 lt.)
- Cup
- Running shoes
- Whistle

Warnings:

- Bib Number should be pinned during the race visibly.
- Emergency numbers should be recorded in runners mobile phone (+90 535 5451878)
- Plastic cups or glasses will not be provided at aid stations.
- Head lamps should be in perfect working order.
- Running shoes should protect the foot, provide stability and sufficient handling on variety of terrains.

3. DİSKALİFİKASYON VE CEZALAR

Aşağıda listelenmiş olan davranışlar doğrudan diskalifiye sebebidir:

- Herhangi bir ara noktadan geçmemek.
- Kestirme yol veya taşıt kullanmak.
- Ara noktalar haricinde destek almak.
- Yardıma ihtiyacı olan bir katılımcıyı yalnız başına bırakmak ve yardım etmemek.
- Doğal ortamı tahrip etmek veya çöp atmak.
- Sağlık personeli tarafından kontrol edilmeyi reddetmek.
- Sağlık personeli veya organizasyon tarafından verilen kararlara (örn. yarışa devam etmeme) uymamak.
- Zorunlu malzemeleri bulundurmamak veya organizasyon tarafından kontrol edilmelerini reddetmek.

Diskalifiye edilen koşucuların koşuya devam etmesine izin verilmez. Batonlu koşuculara koşuyu bitirmeden önce batonlarını bırakmaları halinde ek 1 saat zaman cezası verilecektir.

4. BİTİREN BÜFESİ

Yarışı başarı ile bitirenler veya yarıda bırakmış olan katılımcılar için Ürgüp Yarış Merkezi'nde 15 Ekim 2022 saat 12:00 ile 16 Ekim 2022 saat 07:30 arasında büfe hizmet verecektir.

Büfe, ev yapımı çorba, makarna, sıcak yemek, salata, sıcak ve soğuk içeceklerden oluşacaktır.

5. TEKNİK TOPLANTI

14 Ekim Cuma günü saat 17:00'de CUT, CMT ve Cappadocia Team Games (TCUT, TCMT), 18:00'de CST ve Cappadocia Team Games (TCST) koşular ile ilgili güncel bilgilerin verileceği teknik toplantı gerçekleştirilecektir. Parkurların son durumu ve koşucular için kritik bilgilerin duyurulacağı toplantıya katılmanızı önemle tavsiye ederiz. **Koşular ile ilgili önemli bilgiler özet olarak her koşu startından 15 dakika önce de start alanından duyurulacaktır.**

3. PENALTIES

The following actions lead to immediate disqualification from the race:

- Not passing from any of the checkpoints.
- Taking a shortcut or using a vehicle.
- Getting support except for designated refreshment points.
- Failing to help a participant in difficulty.
- Throwing away rubbish or harming the natural habitat.
- Rejecting to be checked by the medical personnel.
- Not obeying the decisions given by the medical personnel or organization.
- Not carrying the mandatory items, or rejecting their check by the organization.

A disqualified participant will not be allowed to continue the race. For participants running with poles, leaving them at an intermediate point before the finish is subject to the 1-hour time penalty.

4. FINISHERS' BUFFET

Finishers who finish or abandon the race will be able to join the finishers' buffet which will be serving from 12:00 on October 15, 2022 to 07:30 on October 16, 2022.

Finishers buffet will be serving home-made soup, pasta, hot dishes, salad, hot drinks, coke, water.

5. RACE BRIEFING

Technical Briefing will take place at 17:00 CUT, CMT and Cappadocia Team Games (TCUT, TCMT), 18:00 CST and Cappadocia Team Games (TCST) on October 14, Friday with latest updates and informations about the courses. Participation is strongly recommended to be informed about the latest updates. **Short Brief will take place 15 minutes before the start for each course.**

6. İSTASYONLAR

Koşu rotaları üzerinde belli aralıklarda destek istasyonları yer almaktadır. Bu istasyonlarda zaman tutulacak, ayrıca farklı seviyelerde yiyecek, içecek, medikal destek ve dinlenme imkanı sağlanacaktır. İstasyonlarda sağlanacak imkanlar cappadociaultra-trail.com adresinde yer almaktadır.

Her bir ara noktadan ayrılırken katılımcılar bir sonraki noktaya kadar kendilerine yetecek içecek ve yiyeceğe sahip olmalıdırlar. Ara noktalarda bulunacak yiyecek ve içecekler sadece katılımcıların kullanımı içindir. Çöpler yine buralarda bulunacak çöp bidonlarına atılmalıdır.

Ara noktalarda organizasyon tarafından belirlenmiş olan alanlarda katılımcılar 3. şahıslardan destek alabilirler. Destekçiler, ara noktaların 200 m. öncesinden 200 m. sonrasına kadar katılımcıya yanında koşarak eşlik edebilirler. Ara noktalar haricinde destek almak yasaktır.

Ara noktalarda koşudan kendi isteğiyle çekilen, zaman limitine takılan veya sakatlık nedeniyle devam edemeyen katılımcılar servisler ile bitiş alanına ulaştırılacaktır. İki ara nokta arasında koşudan çekilen katılımcılar en kısa sürede acil telefon numarası olan +90 535 545 18 78'den organizasyona haber vermeli ve en yakın ara noktaya veya bitiş alanına geri dönmelidirler.

CUT'ın 6. istasyonu olan Ürgüp istasyonunda katılımcılar koşu öncesinde teslim etmiş oldukları çantalarını geri alabilirler. Koşuya devam etmeden önce çantaların yeniden teslim edilmesi gerekmektedir. Başiboş veya çanta teslim bölgesi haricinde başka bir yerde bırakılmış olan çantalardan organizasyon sorumlu değildir.

İstasyonların coğrafi koordinatları aşağıda listelenmiştir (WGS84 Datum):

1. İbrahimpaşa	38°35'55.55"N, 34°50'41.69"E
2. Uçhisar	38°37'47.35"N, 34°48'21.70"E
3. Göreme (CUT, CMT) (CST)	38°38'54.22"N, 34°50'0.70"E 38°38'32.5"N, 34°49'54.1"E
4. Çavuşin	38°40'5.17"N, 34°50'30.07"E
5. Akdağ	38°39'51.01"N, 34°53'21.65"E

6. CHECKPOINTS

Checkpoints are located within certain distances on the courses and you will be timed in every checkpoint. Various refreshments will be available. Also medical assistance and resting areas are available on certain checkpoints.

When leaving a checkpoint, participants should have sufficient water and food until the next one. The refreshments at the checkpoints are only for the consumption of the runners carrying a visible race bib.

Participants can get external support at designated areas in the checkpoints. Supporters can accompany the participants by running within 200 m before and after a checkpoint. Getting support outside the checkpoints is not allowed.

Shuttle busses will be present to pick up the participants who withdraw or are injured and take them back to the finish area. Participants who abandon the race between two checkpoints should inform the organization as soon as possible from Emergency Line: +90 535 545 18 78 and get to the closest checkpoint or the finish area.

The Urgup checkpoint at 63 km is also a life base. Unlike other checkpoints, there will be a sleeping area. Participants can also collect their deposited bags here. The organization cannot be held responsible for any items left unattended in or outside of the bag deposit area.

Except the Aid stations there are also Check Points during the courses for time keeping to avoid the short-cuts.

Geographical coordinates of Check Points (WGS84 Datum):

1. İbrahimpaşa	38°35'55.55"N, 34°50'41.69"E
2. Uçhisar	38°37'47.35"N, 34°48'21.70"E
3. Göreme (CUT, CMT) (CST)	38°38'54.22"N, 34°50'0.70"E 38°38'32.5"N, 34°49'54.1"E
4. Çavuşin	38°40'5.17"N, 34°50'30.07"E
5. Akdağ	38°39'51.01"N, 34°53'21.65"E

6. Ürgüp	38°37'44.4"N, 34°54'11.3"E
7. Damsa	38°33'27.81"N, 34°55'9.84"E
8. Taşkınpaşa	38°29'46.21"N, 34°56'55.94"E
9. Karlık	38°33'36.39"N, 34°59'11.75"E
10. Taşocağı	38°36'37.15"N, 34°57'43.40"E

7. İSTASYON SERVİSLERİ

Destekçiler için Ürgüp ile İbrahimpaşa, Uçhisar, Göreme, Çavuşin, Akdağ, Damsa, Taşkınpaşa ve Karlık istasyonları arasında ücretsiz servis sağlanmaktadır.

Servis saatlerine 48. sayfadaki tablodan ulaşabilirsiniz.

8. FİNİŞ ALANI

Koşu bitiminde yer alan finiş alanında katılımcılara koşu sonrası yiyecek, içecek ve dinlenme imkanı sunulacaktır. İsteyen katılımcılar ücretsiz masaj imkanından faydalanabilirler. Ayrıca ihtiyaç duyan katılımcılara medikal danışmanlık ve destek de verilecektir.

Saat 22:00'den sonra koşuyu bitiren katılımcılar arzu ettikleri takdirde servis araçları ile konakladıkları otellere ulaştırılacaktır. Servis hizmeti ücretsizdir.

9. EMANET ÇANTA TESLİMİ

CST ve CMT katılımcıları koşu bitiminde, Salomon Cappadocia Ultra-Trail® CUT katılımcıları ise 63. km'de yer alan Ürgüp istasyonunda ve koşu bitiminde teslim almak üzere koşu öncesinde emanet çantası teslim edebilirler.

Çantalar organizasyon tarafından aşağıda belirtilen gün ve saatlerde yarış merkezinde yer alan emanet çanta teslim alanında teslim alınacak ve koşu bitiminde aynı yerde katılımcılara geri teslim edilecektir.

- 15 Ekim 2022 05:00 - 06:45 (sadece CUT, CMT ve TCUT, TCMT)
- 15 Ekim 2022 07:30 - 09:45 (sadece CST ve TCST)

Salomon Cappadocia Ultra Trail® katılımcılarına Ürgüp istasyonunda çantaları istasyon girişinde teslim edilecek, istasyon çıkışında ise geri alınacaktır.

6. Ürgüp	38°37'44.4"N, 34°54'11.3"E
7. Damsa	38°33'27.81"N, 34°55'9.84"E
8. Taşkınpaşa	38°29'46.21"N, 34°56'55.94"E
9. Karlık	38°33'36.39"N, 34°59'11.75"E
10. Taşocağı	38°36'37.15"N, 34°57'43.40"E

7. CHECKPOINT SHUTTLE SERVICE

Complementary shuttle services are provided between Ürgüp and the checkpoints at İbrahimpaşa, Uçhisar, Göreme, Çavuşin, Akdağ, Damsa, Taşkınpaşa and Karlık.

You can see the shuttle timetable page 48.

8. FINISH AREA

Finish Area provides food & beverages and resting facilities for the runners after they finish the race. Runners also may use the massage facilities for free of charge after the race and have medical consultancy and assistance.

Participants who finish the race after 22:00 can use complimentary shuttle service to the hotel if they wish.

9. DROP BAG DEPOSIT

CST and CMT participants may leave their drop bags to be picked up at the finish area. For Salomon Cappadocia Ultra-Trail® CUT runners, drop bags will be accessible at the Urgup Checkpoint (63rd km) and after the race.

Participants can leave drop bags to "dropbag deposit unit" located in the race area at any time between below mentioned hours and dates. After the race, drop bags will be available for collection at the same point.

- 15 October 2022 05:00 - 06:45 (CUT, CMT and TCUT, TCMT only)
- 15 October 2022 07:30 - 09:45 (CST and TCST only)

Salomon Cappadocia Ultra-Trail® participants will collect drop bags at Urgup checkpoint and leave at the same point to continue the race.

Personal items and bags must be put in official plastic bags and marked with bib number sticker. Both plastic bag and the sticker are distributed in the race packs. Any bag that is not in

Çantaların organizasyon tarafından koşu paketi ile birlikte verilen plastik torbalara konulması, torbalara yine koşu paketinde yer alan ve göğüs numarası ile aynı numarayı taşıyan çanta numaralarının yapıştırılması gerekmektedir. Torbasız çantalar ve numarasız torbalar teslim alınmayacaktır.

Her katılımcı bir adet çanta teslim edebilir.

Çanta teslim bölgesi haricinde başka bir yerde bırakılmış olan eşyalardan ve koşu bitiminde geri teslim alınmayan çantalardan organizasyon sorumlu değildir.

10. ÖDÜLLER

Koşuları zaman limitleri içinde başarı ile tamamlayan her katılımcıya bitirme madalyası verilecektir.

CUT ve CMT koşularını zaman limitleri içinde başarı ile tamamlayan katılımcılara ayrıca "Finisher" yeleği verilecektir.

Koşularda kadın, erkek ve genel klasman kategorilerinde ilk üç sırada yer alan katılımcılara sponsorlar tarafından çeşitli ödüller verilecektir.

11. GÜVENLİK VE SAĞLIK

Organizasyon, kötü hava koşulları oluşması durumunda (örn. yoğun sis, fırtına) katılımcıları tehlikeye atmamak ve sağlıklı koşullarda koşmalarına olanak sağlamak amacıyla koşuyu durdurma, kısaltma veya iptal etmeyi de içerebilecek değişiklikleri yapma hakkına sahiptir. Bu tür değişiklikler olduğu taktirde koşu öncesinde veya koşu sırasında istasyonlarda katılımcılara bildirilecektir. Katılımcılar verilen kararlara uymakla yükümlüdür.

Yerleri koşu öncesinde duyurulmak kaydıyla, koşu boyunca önemli ara noktalarda ve organizasyonun gerekli gördüğü yerlerde sağlık ekipleri ve ambulans bulunacaktır. Sağlık ekipleri gerekli gördükleri takdirde katılımcıları sağlık kontrolünden geçirebilir ve koşmaya engel veya sağlık açısından riskli bir durum olduğuna kanaat getirdiklerinde ilgili katılımcıların koşuya devam etmesini engelleyebilir. Katılımcılar verilen kararlara uymakla yükümlüdür.

official drop bags and/or without number attached to it will not be accepted.

Only one drop bag per each participant will be accepted.

Organization will not be responsible for any abandoned or forgotten personal items, or any drop bags not collected by the participants after the race.

10. PRIZES

Each participant who completed the race within the time limit will be given a finisher medal. Additionally, athletes successfully completed CUT and CMT will also receive a "Finisher" vest.

Non-monetary prizes by sponsors will be awarded to the first 3 participants in the categories of men, women and overall.

11. SECURITY AND MEDICAL ISSUES

In case of bad weather conditions, such as dense fog or storm, the organization reserves the right to make last minute changes in order to prevent potential hazards or difficult conditions for the participants. This may include suspending or cancelling the race, or making modifications to the route.. Any changes will be announced to the participants before the race, or at refreshment points during the race.The participants should obey these decisions.

Medical teams and ambulance will be present at the main refreshment stations and important points determined by the organization.Medical personnel can check the participants during the race and decide to stop their race if deemed necessary for health reasons. The participants should obey these decisions.

12. GÖRSEL MATERYAL KULLANIMI

Kayıtlı katılımcılar etkinlik boyunca çekilmiş olan fotoğraf ve videolarının organizasyon ve sponsorlar tarafından tanıtım amaçlı kullanılmasına izin vermiş sayılırlar.

13. FERAGATNAME

Salomon Cappadocia Ultra-Trail®'e kendi istekleri ile kayıt olmuş katılımcılar koşu kurallarını ve bu kurallarda yapılabilecek değişiklikleri kabul etmiş sayılırlar. Organizasyon, katılımcılar tarafından gerçekleştirilen veya katılımcıların maruz kaldıkları maddi ve manevi zararlar ve kazalardan sorumlu tutulamaz.

12. RIGHTS OF VISUAL MATERIAL USE

The participants authorize the Organization and sponsors to freely use any images and videos depicting them during the event.





13. WAIVER OF RESPONSIBILITY

Voluntary registration and subsequent participation in Salomon Cappadocia Ultra-Trail® indicates full acceptance of the rules and any changes they may have to undergo. By registering, the participant exempts the organizers from any liability, whether civil or criminal, for damage to persons and/or property caused by or to him/her.



İSTASYON HİZMETLERİ

CHECKPOINTS FACILITIES

İSTASYON STATION	YİYECEKLER REFRESHMENTS	İÇECEKLER DRINKS	SICAK İÇECEK HOT DRINKS	SICAK YEMEK HOT MEAL	EKSTRALAR EXTRAS
SALOMON İbrahimpaşa	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Üzüm Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Grape	Kola, Su Coke, Water	-	-	Sağlık ekibi, Tuvalet Medical team, Toilets
Canon Uçhisar	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Limon, Tuz, Ekmek, Peynir, Helva, Çikolata, Tuz Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Lemon, Salt, Bread, Cheese, Halvah, Chocolate, Salt	Kola, Su, Soda Coke, Water, Mineral Water	Çay, Kahve Tea, Coffee	Çorba Soup	Sağlık ekibi Medical team
  corendon AIRLINES   diana TRAVEL Göreme	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Üzüm, Ekmek, Nutella, Çerez, Haşlanmış patates, Limon, Tuz Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Grape, Bread, Nutella, Nuts, Boiled potato, Lemon, Salt	Kola, Su, Soda Coke, Water, Mineral Water	Çay, Kahve Tea, Coffee	-	Sağlık ekibi, Tuvalet Medical team, Toilets
Çavuşin	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Limon, Tuz, Ekmek, Peynir, Helva, Çikolata Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Lemon, Salt, Bread, Cheese, Halvah, Chocolate	Kola, Su, Soda Coke, Water, Mineral Water	Çay, Kahve Tea, Coffee	Çorba Soup	Sağlık ekibi, Tuvalet Medical team, Toilets
Akdağ	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Üzüm Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Grape	Kola*, Su Coke, Water	-	-	Sağlık ekibi Medical team

İSTASYON STATION	YİYECEKLER REFRESHMENTS	İÇECEKLER DRINKS	SICAK İÇECEK HOT DRINKS	SICAK YEMEK HOT MEAL	EKSTRALAR EXTRAS
GARMIN Ürgüp	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Üzüm, Ekmek, Nutella, Cezerye, Çerez, Haşlanmış patates, Limon, Tuz, Çikolata Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Grape, Bread, Nutella, Cezerye, Nuts, Boiled potato, Lemon, Salt, Chocolate	Kola, Su, Soda Coke, Water, Mineral Water	Çay, Kahve Tea, Coffee	Çorba, Makarna, Sıcak yemek Soup, Pasta, Hot Dishes	Dinlenme alanı, Masaj, Sağlık ekibi, Tuvalet Resting Area, Massage, Medical team, Toilets
Damsa	Kek, Tuzlu Kraker, Portakal, Muz, Elma, Ekmek, Peynir, Tuz Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Bread, Cheese, Salt	Kola, Su, Soda Coke, Water, Mineral Water	-	-	Sağlık ekibi, Tuvalet Medical team, Toilets
Taşkınpaşa	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Üzüm, Ekmek, Cezerye, Limon, Tuz, Çerez, Çikolata, Tereyağı, Reçel Cake, Saltine Cracker, Orange, Banana, Apple, Grape, Bread, Cezerye, Lemon, Salt, Nuts, Chocolate, Butter, Jam	Kola*, Su, Soda Coke, Water, Mineral Water	Çay, Kahve Tea, Coffee	Çorba Soup	Sağlık ekibi Medical team
SALOMON Karlık	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Limon, Tuz, Ekmek, Peynir, Helva, Nutella, Üzüm Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Grapes, Lemon, Salt, Bread, Cheese, Halvah, Chocolate, Nutella	Kola, Su, Soda Coke, Water, Mineral Water	Çay, Kahve Tea, Coffee	Çorba, Makarna Soup, Pasta	Sağlık ekibi, Tuvalet Medical team, Toilets
Taş Ocağı	Kek, Tuzlu kraker, Portakal, Muz, Elma, Limon, Tuz, Ekmek, Peynir, Helva, Çikolata, Çerez, Cezerye, Üzüm Cake, Saltine cracker, Orange, Banana, Apple, Grapes, Lemon, Salt, Bread, Cheese, Halvah, Chocolate, Nuts, Cezerye	Kola, Su, Soda Coke, Water, Mineral Water	Çay, Kahve Tea, Coffee	Çorba Soup	Sağlık ekibi Medical team

* İstasyonlarda yer alan gazlı içecekler Red Bull Organics Kola, Ginger Alle ve Bitter Limon çeşitleridir.
Fizzy drinks at the stations are Red Bull Organics Coke, Ginger Alle and Bitter Lemon varieties.

EMANET ÇANTASI VE ETİKETİ

DROP BAG AND STICKER

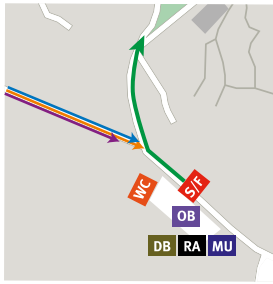


CUT, CMT, TCUT, TCMT

15 Ekim Cumartesi
15 October Saturday
05:00 - 06:45

CST, TCST

15 Ekim Cumartesi
15 October Saturday
07:30 - 09:45



S/F START / FINISH RA RESTING AREA
DB DROP BAG MU MEDICAL UNIT
WC WC OB OPENING BUFFET

CST ve CMT katılımcıları koşu bitiminde, Salomon Cappadocia Ultra-Trail® CUT katılımcıları ise 63. km'de yer alan Ürgüp istasyonunda ve koşu bitiminde teslim almak üzere koşu öncesinde emanet çantası teslim edebilirler.

Çantalar organizasyon tarafından aşağıda belirtilen gün ve saatlerde yarış merkezinde yer alan emanet çanta teslim alanında teslim alınacak ve koşu bitiminde aynı yerde katılımcılara geri teslim edilecektir.

Salomon Cappadocia Ultra Trail® katılımcılarına Ürgüp istasyonunda çantaları istasyon girişinde teslim edilecek, istasyon çıkışında ise geri alınacaktır.

Çantaların organizasyon tarafından koşu paketi ile birlikte verilen plastik torbalara konulması, torbalara yine koşu paketinde yer alan ve göğüs numarası ile aynı numarayı taşıyan çanta numaralarının yapıştırılması gerekmektedir. Torbasız çantalar ve numarasız torbalar teslim alınmayacaktır.

Her katılımcı bir adet çanta teslim edebilir.

Çanta teslim bölgesi haricinde başka bir yerde bırakılmış olan eşyalardan ve koşu bitiminde geri teslim alınmayan çantalardan organizasyon sorumlu değildir.

CUT, CMT and CST and participants may leave their drop bags to be picked up at the finish area. For Salomon Cappadocia Ultra-Trail® CUT runners, drop bags will be accessible at the Urgup Checkpoint (63rd km) and after the race.

Participants can leave drop bags to "dropbag deposit unit" located in the race area at any time between below mentioned hours and dates. After the race, drop bags will be available for collection at the same point.

Salomon Cappadocia Ultra-Trail® participants will collect drop bags at Urgup checkpoint and leave at the same point to continue the race.

Personal items and bags must be put in official plastic bags and marked with bib number sticker. Both plastic bag and the sticker are distributed in the race packs. Any bag that is not in official drop bags and/or without number attached to it will not be accepted.

Only one drop bag per each participant will be accepted.

Organization will not be responsible for any abandoned or forgotten personal items, or any drop bags not collected by the participants after the race.



SALOMON

CAPPADOCIA ULTRA TRAIL®



ARGEUS

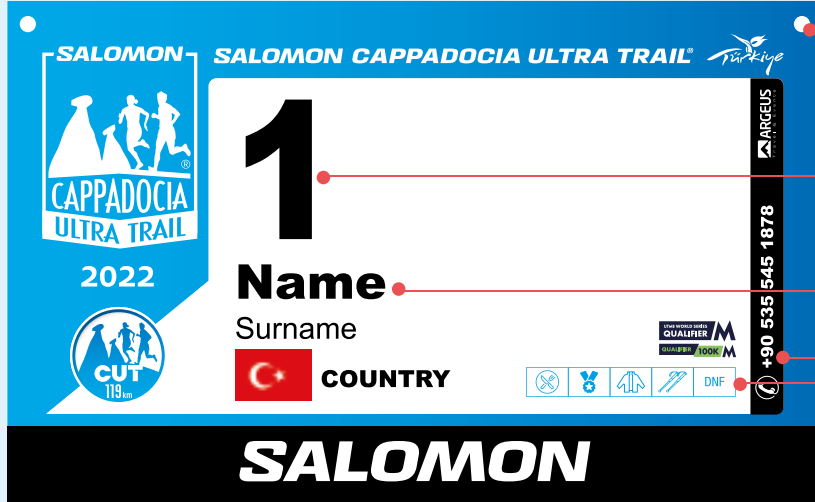
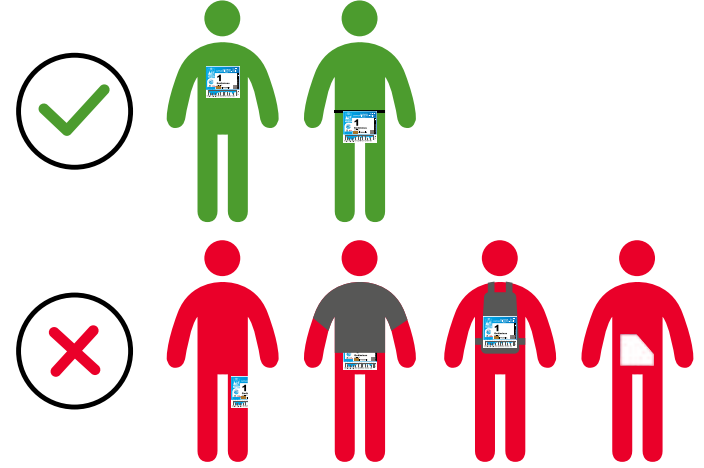
CAPPADOCIA
TEAM GAMES

ARGEUS



GÖĞÜS NUMARASI

BIB NUMBER



Yarış Kemer Delikleri
Race Belt Holes

Yarışçı Numarası
Race Number



Adı Soyadı
Name Surname

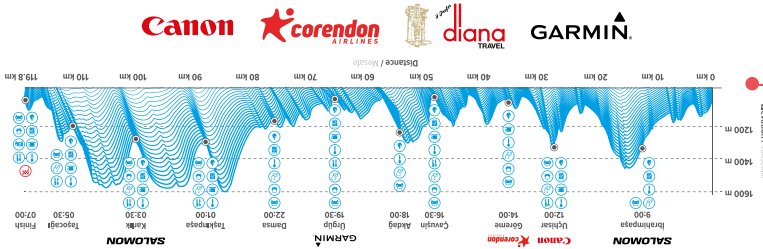
Acil Durum Numarası
Emergency Number



Zamanlama Çipi
Timing Chip

İstasyon Bilgilendirme
Checkpoint Info

-  Bitiren Büfesi **Finishers' Buffet**
-  Bitiren Madalyası **Finishers' Medal**
-  Bitiren Yeleği **Finishers' Vest**
-  Baton **Pole**
-  Yarışı Bırakma İşareti
DNF Mark / in case of retirement



PARKUR İŞARETLEME

COURSE SIGNAGE

Parkur 8.000'den fazla bayrak ve şerit ile işaretlenmiştir. Kentsel alanlarda yol üzerindeki parkuru gösteren sprej ve işaretlere dikkat etmeyi unutmayın.

The race course is marked with more than 8.000 flags and stripe tapes. In the urban areas, pay attention to the markings sprayed on the road, which points the race course.





Proud to support the
Salomon Cappadocia Ultra Trail.

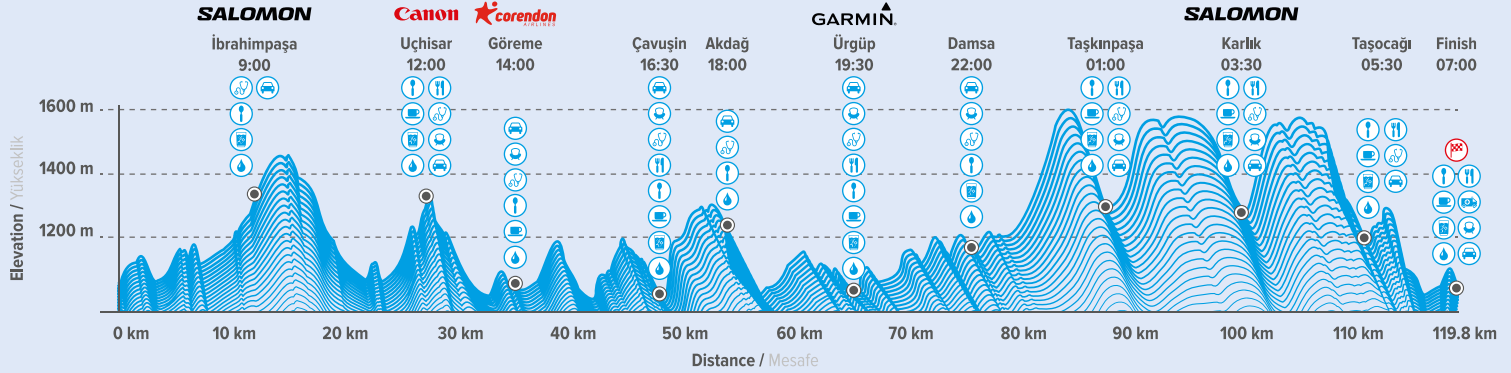




SALOMON CAPPADOCIA ULTRA-TRAIL®

- 119 km uzunluğunda ve 3730 m+ tırmanış içerir.
- Parkur ITRA sertifikasına sahiptir, 5 puan
- 10 ara istasyon içerir.
- WS 100 nitelikli yarışı

- 119 km total distance with 3730 m+ total ascent
- ITRA certificated course, 5 points
- 10 checkpoints along the race route
- WS 100 qualifying race



Checkpoint	Total Distance (km)	Distance to Next Checkpoint (km)	Total Ascent (m)	Ascent to Next Checkpoint (m)	Descent to Next Checkpoint (m)	Time Limit (hrs)	Facilities	
Start	Ürgüp	0	11,2	0	352	-198	00:00	
CP1	SALOMON İbrahimpaşa	11,2	16,6	352	533	-449	02:00	☔ ↑ 🚰 🚚
CP2	Canon Uçhisar	27,8	7,7	885	141	-372	05:00	☔ 🚰 🚚 🚚 🚚
CP3	corendon Göreme	35,5	12,7	1026	496	-500	07:00	☔ 🚰 🚚 🚚
CP4	Çavuşin	48,2	6,5	1545	339	-241	09:30	☔ 🚰 🚚 🚚 🚚
CP5	Akdağ	54,7	8,3	1884	137	-120	11:00	☔ 🚰 🚚
CP6	GARMIN Ürgüp	63	13,5	2021	367	-314	12:30	☔ 🚰 🚚 🚚 🚚
CP7	Damsa	76,5	11,3	2388	488	-359	15:00	☔ 🚰 🚚 🚚
CP8	Taşkınpaşa	87,8	12,9	2876	401	-403	18:00	☔ 🚰 🚚 🚚 🚚
CP9	SALOMON Karlık	100,7	9,4	3277	306	-375	20:30	☔ 🚰 🚚 🚚 🚚
CP10	Taşocağı	110,1	9,7	3583	147	-324	22:30	☔ 🚰 🚚 🚚 🚚
Finish	Ürgüp	119,8	0	3730	0	0	24:00	☔ 🚰 🚚 🚚 🚚 🚚

* Her bir istasyon için verilen hizmetler ve zaman limitleri grafik üzerinde gösterilmiştir. 24 saat içerisinde parkurun tamamlanması gerekir.

* The graph shows designated time limits and services provided. Route should be finished under 24 hours.



İçecek Water, Soğuk İçecek Cold Drink, Sıcak İçecek Hot Drink, Yiyecek Food, Sıcak Yiyecek Hot Meal, Sağlık Ekibi First Aid, Ambulans Ambulance, Dinlenme Alanı Resting Area, Servis Transportation

UTMB WORLD SERIES

QUALIFIER



QUALIFIER

100K



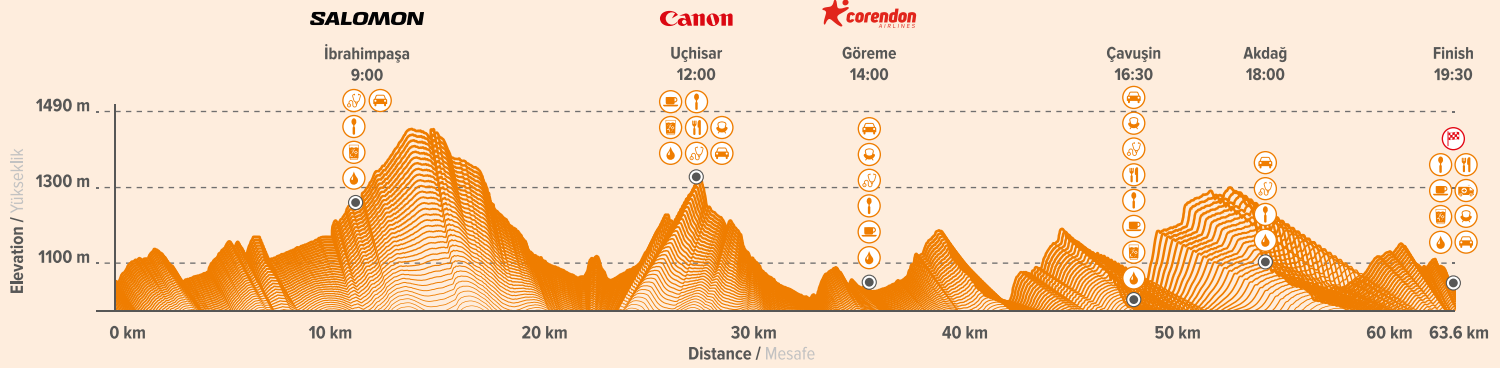
SONUÇLAR | RESULTS
utcappadocia.livetrail.net



SALOMON CAPPADOCIA MEDIUM TRAIL

- 63 km uzunluğunda ve 2030 m+ tırmanış içerir.
- Parkur ITRA sertifikasına sahiptir, 3 puan
- 5 ara istasyon içerir.

- 63 km total distance with 2030 m+ total ascent
- ITRA certificated course, 3 points
- 5 checkpoints along the race route



	Checkpoint	Total Distance (km)	Distance to Next Checkpoint (km)	Total Ascent (m)	Ascent to Next Checkpoint (m)	Descent to Next Checkpoint (m)	Time Limit (hrs)	Facilities
Start	Ürgüp	0	11,2	0	352	-198	00:00	
CP1	SALOMON İbrahimpaşa	11,2	16,6	352	533	-479	02:00	☔ ↑ 🚰 🚗
CP2	Canon Uçhisar	27,8	7,7	885	141	-372	05:00	☔ 🚰 ↑ 🚰 🚗 🚰 🚗
CP3	corendon Göreme	35,5	12,7	1026	496	-500	07:00	☔ 🚰 ↑ 🚰 🚗 🚰 🚗
CP4	Çavuşin	48,2	6,5	1545	339	-289	09:30	☔ 🚰 ↑ 🚰 🚗 🚰 🚗
CP5	Akdağ	54,7	8,9	1884	146	-144	11:00	☔ ↑ 🚰 🚗
Finish	Ürgüp	63,6	0	2030	0	0	12:30	☔ 🚰 ↑ 🚰 🚗 🚰 🚗 🚰

* Her bir istasyon için verilen hizmetler ve zaman limitleri grafik üzerinde gösterilmiştir. 12 saat 30 dakika içerisinde parkurun tamamlanması gerekir.

* The graph shows designated time limits and services provided. Route should be finished under 12 hours and 30 minutes.



İçecek
Water



Soğuk İçecek
Cold Drink



Sıcak İçecek
Hot Drink



Yiyecek
Food



Sıcak Yiyecek
Hot Meal



Sağlık Ekibi
First Aid



Ambulans
Ambulance



Dinlenme Alanı
Resting Area



Servis
Transportation

UTMB WORLD SERIES

QUALIFIER



QUALIFIER

50K



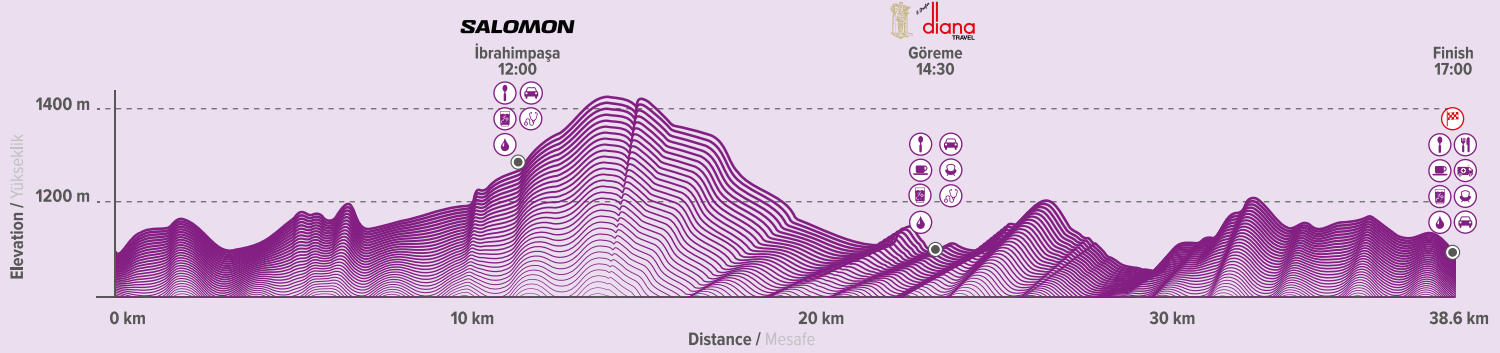
SONUÇLAR | RESULTS
utcappadocia.livetrail.net



SALOMON CAPPADOCIA SHORT TRAIL

- 38 km uzunluğunda ve 1120 m+ tırmanış içerir.
- Parkur ITRA sertifikasına sahiptir, 2 puan
- 2 ara istasyon içerir.

- 38 km total distance with 1120 m+ total ascent
- ITRA certificated course, 2 points
- 2 checkpoints along the race route



	Checkpoint	Total Distance (km)	Distance to Next Checkpoint (km)	Total Ascent (m)	Ascent to Next Checkpoint (m)	Descent to Next Checkpoint (m)	Time Limit (hrs)	Facilities
Start	Ürgüp	0	11,2	0	352	-198	00:00	
CP1	SALOMON İbrahimpaşa	11,2	12,6	352	322	-479	02:00	🚰!🚗
CP2	Göreme	23,8	14,8	674	446	-433	04:30	🚰!🚗🚑
Finish	Ürgüp	38,6	0	1120	0	0	07:00	🚰!🚗🚑🚑🚑

* Her bir istasyon için verilen hizmetler ve zaman limitleri grafik üzerinde gösterilmiştir. 7 saat içerisinde parkurun tamamlanması gerekir.

* The graph shows designated time limits and services provided. Route should be finished under 7 hours.



İçecek Water
Soğuk İçecek Cold Drink
Sıcak İçecek Hot Drink
Yiyecek Food
Sıcak Yiyecek Hot Meal
Sağlık Ekibi First Aid
Ambulans Ambulance
Dinlenme Alanı Resting Area
Servis Transportation

UTMB WORLD SERIES

QUALIFIER



QUALIFIER

50K



GÖRENE

2

İBRAHİMPAŞA

1

ÖRGÜP

SONUÇLAR | RESULTS
utcappadocia.livetrail.net

RUN IN CAPPADOCIA® 37



DÜNYANIN SONUNA KADAR KOŞ // ENDURO™ 2

136 saat¹ GPS pil ömrü ile birden fazla opsiyona sahip ultra performanslı çoklu spor saati

150.000 lux koşullarında tüm süre boyunca sürekli kullanımı varsayar • © 2022 Garmin Ltd. veya yan kuruluşları

GARMIN®

BAYTEKİN
baytekin.com.tr



CAPPADOCIA TEAM GAMES – CUT

Cappadocia Team Games CUT etkinliği 2 kişilik takım olarak koşulan bir bayrak koşusu yarışıdır. Takım kriterlerini yerine getiremeyen takımların start almasına izin verilmeyecektir.

İlk takım üyesi, başlangıç noktasından başlayarak 6. zaman noktasına kadar koşacaktır.

Birinci koşucunun dışındaki diğer takım üyeleri organizasyon tarafından koşmaya başlayacakları ara zaman noktasına ulaştırılacaktır. Kendi sektörünü tamamlayan koşucular da vardıkları istasyondan yarış merkezine servisler ile organizasyon tarafından ulaştırılacaktır.

Her takım üyesi kendi için belirlenmiş olan sektörü tamamlamakla yükümlüdür. Yarışı bırakan veya bırakmak zorunda kalan koşucunun takımı da yarıştan çekilmiş sayılacaktır.

Koşu, 15 Ekim 2022 tarihinde saat 07:00'de Ürgüp şehir merkezinden başlar. Koşucular yarış başlamadan en az 30 dakika öncesinde start çizgisinde olmak zorundadır. Katılımcıların kısmi yeterlilik esasına göre, 24 saat içerisinde parkuru tamamlamaları gereklidir. Kısmi yeterlilik, katılımcıların karşılaşılabilecekleri doğa koşullarında güvenli bir şekilde koşularına devam etmelerine olanak sağlayacak malzemeleri yanlarında taşımaları anlamına gelmektedir.

Koşu sırasında kısmi ve sonrasında kesin sonuçlar cappadociaultraultra.com internet sitesinden yayınlanacaktır. **Sonuçlar Genel Klasman kategorisi üzerinden değerlendirilecektir.**

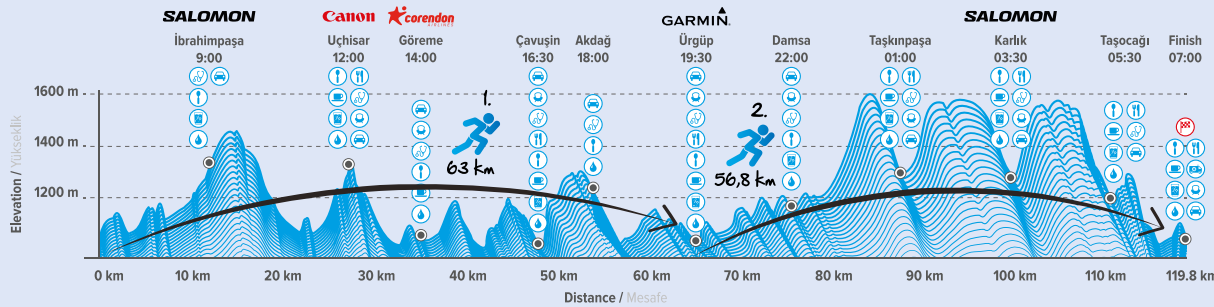
The Cappadocia Team Games CUT event is a relay race that is run as a team of 2. Teams that do not fulfil the team criteria will not be allowed to start.

The first team member will run from the starting point up to the 6th checkpoint. Apart from the first runner, other team members will be brought by the organization to the checkpoint where they will start running. The runners who complete their own course will be transported from the checkpoint they arrive to the race centre by the organization.

Each team member is obliged to complete the course determined for him/her. If one of the runners will be withdrawn from the race also the team will be withdrawn from the race.

The race starts on October 15, 2022 at 07:00 in Urgup city centre. Participants must be at the start line at least 30 minutes before the start of the race. Participants should finish the route under 24 hours in a semi-sufficient way, i.e. they should carry equipment that is necessary to ensure the safety of their run for possible weather conditions.

Partial and final results during and after the race will be published at cappadociaultraultra.com. The results will be evaluated according to the General Classification category.



CS CHECKPOINT SHUTTLE İSTASYON SERVİSİ





CAPPADOCIA TEAM GAMES – CMT

Cappadocia Team Games CMT etkinliği, minimum 2'si kadın, 6 kişilik takım olarak koşulan bir bayrak koşusu yarışdır. Takım kriterlerini yerine getiremeyen takımların start almasına izin verilmeyecektir.

İlk takım üyesi, başlangıç noktasından başlayarak 1. zaman noktasına kadar koşacaktır.

Birinci koşucunun dışındaki diğer takım üyeleri organizasyon tarafından koşmaya başlayacakları ara zaman noktasına ulaştırılacaktır. Kendi sektörünü tamamlayan koşucular da vardıkları istasyondan yarış merkezine servisler ile organizasyon tarafından ulaştırılacaktır.

Her takım üyesi kendi için belirlenmiş olan sektörü tamamlamakla yükümlüdür. Yarışı bırakan veya bırakmak zorunda kalan koşucunun takımı da yarıştan çekilmiş sayılacaktır.

Koşu, 15 Ekim 2022 tarihinde saat 07:00'de Ürgüp şehir merkezinden başlar. Koşucular yarış başlamadan en az 30 dakika öncesinde start çizgisinde olmak zorundadır. Katılımcıların kısmi yeterlilik esasına göre, 12 saat 30 dakika içerisinde parkuru tamamlamaları gereklidir. Kısmi yeterlilik, katılımcıların karşılaşılabilecekleri doğa koşullarında güvenli bir şekilde koşularına devam etmelerine olanak sağlayacak malzemeleri yanlarında taşımaları anlamına gelmektedir. Koşu sırasında kısmi ve sonrasında kesin sonuçlar cappadociaultra-trail.com internet sitesinden yayınlanacaktır. **Sonuçlar Genel Klasman kategorisi üzerinden değerlendirilecektir.**

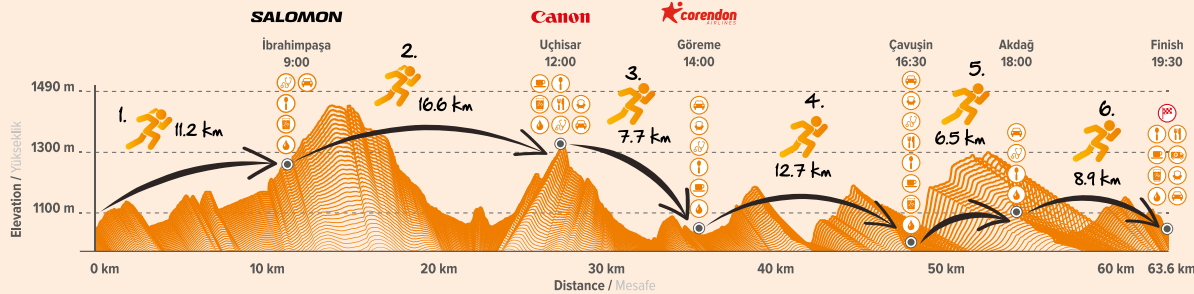
The Cappadocia Team Games CMT event is a relay race that is run as a team of 6, including minimum 2 women. Teams that do not fulfil the team criteria will not be allowed to start.

The first team member will run from the starting point up to the first checkpoint. Apart from the first runner, other team members will be brought by the organization to the checkpoint where they will start running. The runners who complete their own course will be transported from the checkpoint they arrive to the race centre by the organization.

Each team member is obliged to complete the course determined for him/her. If one of the runners will be withdrawn from the race also the team will be withdrawn from the race.

The race starts on October 15, 2022 at 07:00 in Urgup city centre. Participants must be at the start line at least 30 minutes before the start of the race. Participants should finish the route under 12 hours and 30 minutes in a semi-sufficient way, i.e. they should carry equipment that is necessary to ensure the safety of their run for possible weather conditions.

Partial and final results during and after the race will be published at cappadociaultra-trail.com. The results will be evaluated according to the General Classification category.



CS CHECKPOINT SHUTTLE İSTASYON SERVİSİ





CAPPADOCIA TEAM GAMES – CST

Cappadocia Team Games CST etkinliğini, **minimum 1'i kadın 3 kişilik takım olarak koşulan bir bayrak koşusu yarışdır.** Takım kriterlerini yerine getiremeyen takımların start almasına izin verilmeyecektir.

İlk takım üyesi, başlangıç noktasından başlayarak 1. zaman noktasına kadar koşacaktır.

Birinci koşucunun dışındaki, diğer takım üyeleri organizasyon tarafından koşmaya başlayacakları ara zaman noktasına ulaştırılacaktır. Kendi sektörünü tamamlayan koşucular da vardıkları istasyondan yarış merkezine servisler ile organizasyon tarafından ulaştırılacaktır.

Her takım üyesi kendi için belirlenmiş olan sektörü tamamlamakla yükümlüdür. İki istasyon arasında yarışı bırakan veya bırakmak zorunda kalan koşucunun takımı da yarıştan çekilmiş sayılacaktır.

Koşu, 15 Ekim 2022 tarihinde saat 10:00'da Ürgüp şehir merkezinden başlar. Koşucular yarış başlamadan en az 30 dakika öncesinde start çizgisinde olmak zorundadır. Katılımcıların kısmi yeterlilik esasına göre, 7 saat içerisinde parkuru tamamlamaları gereklidir. Kısmi yeterlilik, katılımcıların karşılaşılabilecekleri doğa koşullarında güvenli bir şekilde koşularına devam etmelerine olanak sağlayacak malzemeleri yanlarında taşımaları anlamına gelmektedir.

Koşu sırasında kısmi ve sonrasında kesin sonuçlar cappadociaultratrail.com internet sitesinden yayınlanacaktır. **Sonuçlar Genel Klasman kategorisi üzerinden değerlendirilecektir.**

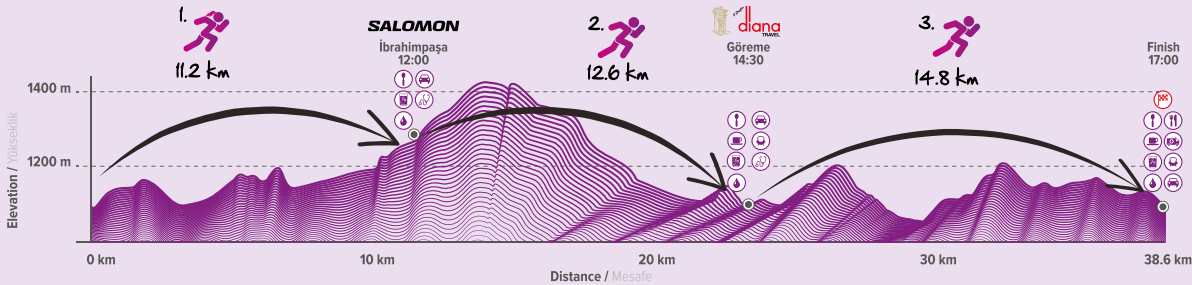
The Cappadocia Team Games CST event is a relay race that is run as a team of 3 consisting of minimum 1 woman member. Teams that do not fulfil the team criteria will not be allowed to start.

The first team member will run from the start point up to the first checkpoint. Apart from the first runner, other team members will be brought by the organization to the checkpoint where they will start running. The runners who complete their own course will be transported from the checkpoint they arrive to the race centre by the organization.

Each team member is obliged to complete the course determined for him/her. If one of the runners will be withdrawn from the race also the team will be withdrawn from the race.

The race starts on October 15, 2022 at 10:00 in Urgup city centre. Participants must be at the start line at least 30 minutes before the start of the race. Participants should finish the route under 7 hours in a semi-sufficient way, i.e. they should carry equipment that is necessary to ensure the safety of their run for possible weather conditions.

Partial and final results during and after the race will be published at cappadociaultratrail.com. The results will be evaluated according to the General Classification category.



CS CHECKPOINT SHUTTLE İSTASYON SERVİSİ



ZORUNLU MALZEMELER

MANDATORY EQUIPMENT

Koşucuların koşu sırasında yanlarında bulundurmaları gereken malzemeler aşağıdaki tabloda belirtilmiştir. Organizasyon, koşunun herhangi bir noktasında zorunlu malzeme kontrolü yapma hakkına sahiptir. Kontrol sonrasında eksik malzemesi olduğu tespit edilen katılımcıların koşuya devam etmesine izin verilmeyecektir. Malzeme kontrolüne izin vermeyen katılımcılar diskalifiye edilir.

During the race, the participants are obliged to carry the mandatory items listed in the tables below:

The organizer reserves the right to check mandatory equipment at any time or place during the race. Participants without any of the mandatory items shall be disqualified and will not be allowed to continue the race.

GÖĞÜS NUMARASI VE ZAMAN ÇİPI

RACE BIB AND TIMING CHIP



Göğüs numarası görünür şekilde giysi üzerine iştirilmiş olmalıdır.
Bib Number should be pinned during the race visibly.

CEP TELEFONU

MOBILE PHONE



Cep telefonunda acil durum telefon numarası (+90 535 5451878) kayıtlı olmalıdır.
Emergency numbers should be recorded in runners mobile phone (+90 535 5451878)

SU KABİ (EN AZ 1 LİTRE)

WATER CONTAINER (MIN. 1 LT.)



BARDAK

CUP



İstasyonlarda plastik bardak bulunmayacaktır.
Plastic cups or glasses will not be provided at aid stations.

KOŞU AYAKKABISI

RUNNING SHOES



Koşu ayakkabısı arazide ayağı koruyacak, gerekli dengeyi sağlayacak ve yeterli arazi tutuşu sağlayacak yapıda olmalıdır.
Running shoes should protect the foot, provide stability and sufficient handling on variety of terrains.

DÜDÜK

WHISTLE



KAFA FENERİ VE YEDEK PİLLERİ HEAD LAMP WITH SPARE BATTERIES



Kafa feneri çalışır durumda olmalıdır.
Head lamps should be in perfect working order.

ACIL DURUM BATTANIYESİ EMERGENCY BLANKET



ELASTİK BANDAJ ELASTIC BANDAGE



YAĞMURLUK WATERPROOF OUTER SHELL



ŞAPKA, BERE VEYA BANDANA HAT, CAP OR BANDANA



POWERBANK

(Minimum 6000 mah) (at least 6000 mah)



Salomon Cappadocia Ultra-Trail® parkurlarındaki mücadelenizi, yarış öncesi ve yarış sonrası portreleriniz ile ölümsüzleştirin.

Immortalise your challenge on Salomon Cappadocia Ultra-Trail® courses with your "Before & After" portraits.

EXPO



LIVE WEB TV COVERAGE
WEB TV CANLI YAYIN

• youtube.com/cappadociaultratrail

LIVE RESULTS
CANLI SONUÇLAR
utcappadocia.livetrail.net

LIVE
TRAIL





KİM %60 DAHA FAZLASINI İSTEMEZ Kİ?

Canon PIXMA G640 ve G540 ile tanışın...
Daha fazla baskı alın!



Boya bazlı
altı mürekkep



Kablosuz
baskı



Yüksek sayfa
verimliliği



Kenarlıksız
fotoğraf baskısı

PIXMA

Doldurulabilir mürekkep tanklı



 MegaTank

Canon



SALCANO KAPADOKYA ÇOCUK KOŞUSU

SALCANO CAPPADOCIA KIDS' RUN

16 Ekim / October 2022

📍 START / FINISH

09:00 - 10:00

Salcano Kapadokya Çocuk Koşusu Kayıtları
Salcano Cappadocia Kids' Run Registrations

10:00

Salcano Kapadokya Çocuk Koşusu
Salcano Cappadocia Kids' Run

2014 yılından bu yana organizasyon, ilginin yoğun olduğu ve bu yönüyle ses getiren “ Salcano Kapadokya Çocuk Koşusu” ile sona eriyor. Bölgedeki okullara duyurular il ve ilçe Milli Eğitim müdürlükleri aracılığıyla iletilirken, beden eğitimi öğretmenleri, okul yönetimleri ve aileler ile ilköğretim öğrencilerini koşuya katılmaya özendirme için işbirliği yapılıyor. Şehrin merkezinde 700 m uzunluğunda sembolik bir koşu mesafesinde, kendilerine sunulan koşu tişörtleriyle bir Pazar gününü aileleri ve arkadaşlarının desteğiyle sporla dolu ve sosyal bir ortamda geçirme fırsatı yakalayan çocukların heyecanı ve sevinci görülmeye değer. Bitirenler arasında sıralamanın yapılmadığı koşu ardından çekiliş ile 15 çocuğa Salcano sponsorluğunda bisiklet hediye ediliyor. Erken dönemde hareket becerilerinin öğrenilmesi, fiziksel aktivite alışkanlığı kazanılması, yetişkinliğe taşınan yaşam alışkanları olarak bireylerin hayatına küçük yaşlarda girdiği biliniyor. Bu nedenle, “Salcano Kapadokya Çocuk Koşusu” etkinliği yerel bir girişim olarak küçük yaş gruplarını spor yapmaya, aktif bir hayat sürmeye teşvik etmeyi hedefliyor.



Çocukların fiziksel aktiviteye katılımını sağlamanın sağlıklı toplumun temelini oluşturduğuna inanan ekibimiz organizasyonun final gününü gelenekselleşen çocuk koşusuna ayırdı.

Believing that encouraging the kids to participate in physical activity is the main thing that make a country healthier, our team devoted the final day of the race to kids.

Organised annually in the region and having so much attention by the local people, Salomon Cappadocia Ultra-Trail® ends with “Salcano Cappadocia Kids' Run”. Having the participation in a high level, parents and teachers cooperate together to make kids join the race. Kids have a fantastic time spending their Sunday wearing their running t-shirts during the symbolic race on a short course of 700 m. At the end of the run, 15 Salcano bicycles are given as a gift to the kids by a draw. Learning the motor skills and gaining the habits of physical activity in early years carry an important role as life habits are carried to the adulthood. We firmly hope that “Salcano Cappadocia Kids' Run”, as a local initiative, may encourage the children for an active life style.

ZÜBER



DESTEKÇİ İSTASYON SERVİSİ - ZAMAN TABLOSU

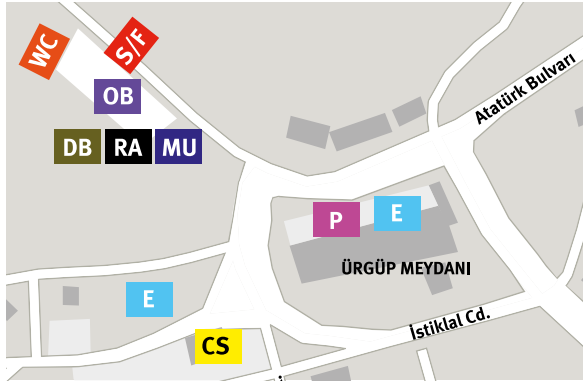
SUPPORTER CHECKPOINT SHUTTLE - TIME TABLE

Katılımcılara koşu sırasında farklı noktalarda destek olmak isteyen kişiler için İbrahimpaşa, Uçhisar, Göreme, Çavuşin, Akdağ, Damsa, Taşkınpaşa ve Karlık istasyonlarına Ürgüp'ten ücretsiz servis imkanı bulunmaktadır. Destekçilerin yarış ofisinden kayıt olmaları gerekmektedir.

Servisler, belirli saatlerde Ürgüp'te yarış merkezinden kalkacak ve doğrudan istasyon noktalarına giderek yine belirli saatlerde Ürgüp'e geri dönecektir.

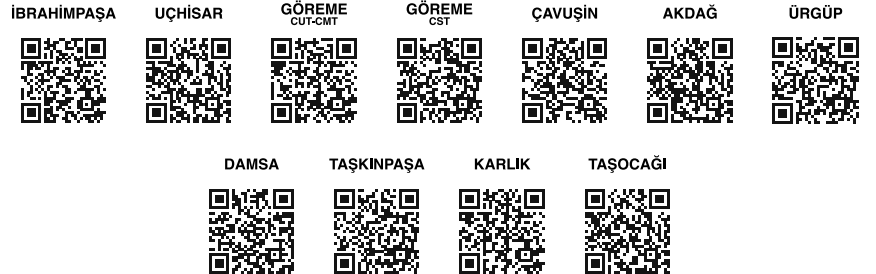
Complimentary shuttle services are provided to İbrahimpaşa, Uçhisar, Göreme, Çavuşin, Akdağ, Damsa, Taşkınpaşa and Karlık. Supporters should be registered from race office.

Shuttle services will depart from Urgup (Start/Finish) and will travel to aid stations directly and return back to Urgup with schedule.



CS CHECKPOINT SHUTTLE **E** EXPO
S/F START / FINISH

	ÜRGÜP RACE VILLAGE	İBRAHİMPAŞA	UÇHISAR	GÖREME CUT & CMT & CST	ÇAVUŞIN	AKDAĞ	DAMSA	TAŞKINPAŞA	KARLIK	ÜRGÜP
A	07:15	08:15	09:15	10:00	10:30					
B	08:00	09:00	10:00	11:00	11:30	12:00				
C	10:15	11:00	11:45	12:15	13:00					
A	11:00	12:00		13:00	13:30	14:00				
GÖREME CUT & CMT										
D				12:00	13:00	13:30				
B				13:00	13:30	14:00				
C				13:30	14:00	14:30	15:30			
D				14:30			15:00	16:00		
B				15:00			16:00	17:00		
C				15:30					16:30	
A				16:30			17:30	18:30		
D				17:00					18:30	
B				18:00			19:00	20:00		
C				19:00					20:30	
A				20:00			21:00	22:00		
D				21:00					22:30	
B				22:00			00:00	01:00		
C				23:00					00:30	
A				00:00			01:00	02:00		
D				01:00					02:00	
B				01:30					02:30	



ŞEHRE KOŞARAK İZİNİ BIRAKMAK MI?



RED BULL KANATLANDIRIIR. 

SPEEDCROSS 6

The shoe
that brought
speed to trail



SALOMON

www.salomon.com.tr

