



KOŞUCU REHBERİ

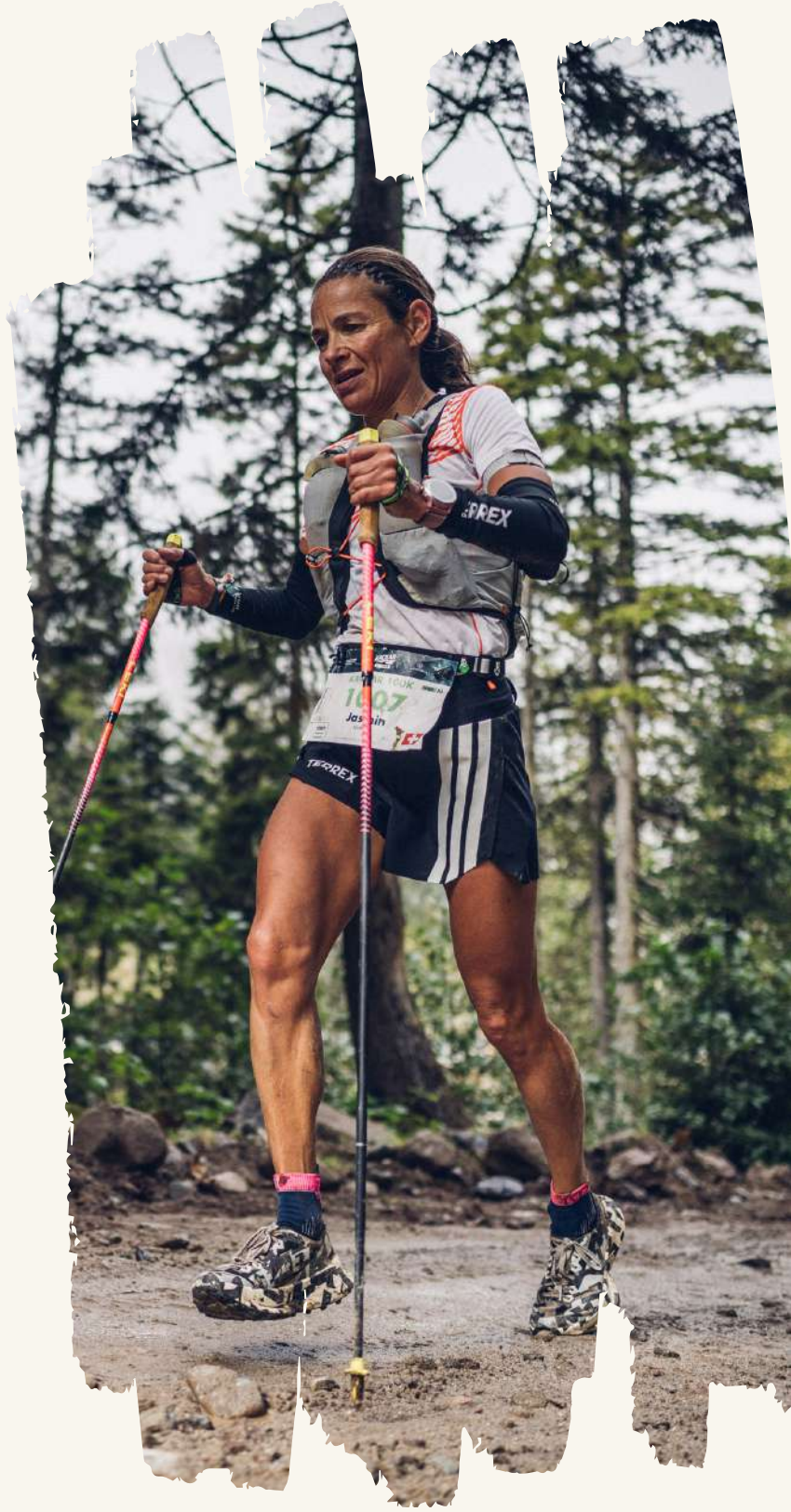
11-13 EYLÜL 2026

UTMB®
WORLD SERIES



İÇİNDEKİLER

3 - 6	Hoş Geldiniz
7 - 11	UTMB World Series
13	Koşucunun Taahhüdü
15	Etkinlik Programı
16	Etkinlik Alan Bilgileri
18 - 21	Ultra-Trail Village
23	Servis Programı
25	Kit Dağıtım Alanı
27 - 30	Yardım İstasyonu Bilgileri
32 - 34	Yarış Kuralları ve Bilgileri
36	Live Trail Uygulaması
37	Yaban Hayatı
39 - 44	KAÇKAR 100K
46 - 50	KAÇKAR 50K
52 - 55	KAÇKAR 20K
57 - 58	AYDER 4K
60	Sürdürülebilirlik
61	Run Like Her
62	Partners





DISCOVER KAÇKAR

Kaçkar by UTMB, Karadeniz'in dağlarla buluştuğu; vahşi patikaların, yüksek yaylaların ve sürekli değişen manzaraların şekillendirdiği eşsiz bir coğrafyaya sizi davet ediyor.

Parkurlar; alpin çayırları, sık ormanlar ve geleneksel yayla köyleri arasından geçerek kayalık geçitlere, buzul göllerine ve açık sırtlara doğru yükseliyor. Yol boyunca koşucular, suyun, havanın ve nesiller boyunca süren dağ yaşamının şekillendirdiği bir coğrafyayı deneyimlerken, yüksek zirvelerden Karadeniz'e doğru uzanan vadilere tanıklık ediyor.

Kaçkar Dağları zıtlıklarıyla öne çıkıyor: yemyeşil ormanlar ve sert alpin arazi, derin vadiler ve açık yaylalar, sakin köyler ve uzak dağ patikaları. Her tırmanış yeni bir manzara sunarken, her iniş sizi Türkiye'nin en özgün doğal ortamlarından birinin daha da içine çekiyor.

2026 yılında Kaçkar by UTMB, koşuculara bu olağanüstü bölgeyi en doğrudan haliyle yeniden deneyimleme fırsatı sunuyor: yürüyerek değil, koşarak; patikada ve dağların tam kalbinde.



DISCOVER



HAHAZINDAK YAYLASI

Rize'nin büyüleyici Çamlıhemşin ilçesinde, deniz seviyesinden 2.000 metre yükseklikte görkemli Hazindak Yaylası yükselir. Rivayete göre adını muhteşem Hazine Dağı'ndan alır ve ismine yakışır şekilde her köşesi gizli bir hazine gibi hissedilir.

KAÇKAR 100K ve KAÇKAR 50K parkurlarında buradan geçeceksiniz.



SAMISTAL YAYLASI

Samistal Yaylası sadece doğal bir harika değil; aynı zamanda yaşayan bir Türk mirasıdır. Adını, inzivaya çekilip ibadet etmek için buraya gelen Molla Memiş Efendi'den alır. Ünlü Türk müzisyen Yaşar Kurt, "Samistal Yaylası" adlı şarkısında bu yaylanın ruhunu ölümsüzleştirmiştir.

KAÇKAR 100K ve KAÇKAR 50K parkurlarında buradan geçeceksiniz.



HUSER YAYLASI

Fırtına Vadisi'nin yüksek kesimlerinde konumlanan Huser Yaylası, büyüleyici gün batımları ve etkileyici sis deniziyle ünlüdür. Zirvede, akşam inerken "bulut denizi" adı verilen büyümlü bir doğa olayı belirir ve ziyaretçilere sanki bulutların arasında yürüyorlarmış hissini verir.

KAÇKAR 100K ve KAÇKAR 20K parkurlarında buradan geçeceksiniz.



YUKARI ÇEYMAKÇUR YAYLASI

Alt ve üst kısımlara ayrılan Çeymakçur Yaylası, doğayla çevrili güzel bir noktadır. Adı, Hemşince lehçesinde "beyaz su" anlamına gelir; bu isim,

üst bölgesinden akan ısıltılı derelerden esinlenmiştir. Sular kayaların arasından hızla akarken uzaktan parlak beyaz görünür ve bu yüzden bu ad verilmiştir.

KAÇKAR 100K ve KAÇKAR 50K parkurlarında buradan geçeceksiniz.



KOÇDÜZÜ YAYLASI

Koçdüzü Yaylası, yöre halkı tarafından Sarikançeni olarak bilinir ve Laz köylülerinin gözünde değerli bir yayladır. Yaylanın kalbinde yer alan Adalı Göl,

üzerinde süzülen minik adacıklarla doğanın huzurunu ve sessiz büyüsunü sergiler. Yakındaki dramatik Cennet ve Cehennem Tepesi ise unutulmaz bir panorama sunar.

KAÇKAR 100K parkurunda buradan geçeceksiniz.



PERYATAK YAYLASI

Peryatak, adeta bir masaldan fırlamış gibi huzurlu ve maceralı bir deneyim sunar.

Sayılsız yeşil tonuyla ruhunuzu dinlendirir, mistik atmosferi ve nefes kesici manzaralarıyla herkesi büyüler. Adı kelime anlamıyla "perilerin yatağı" demektir.

KAÇKAR 20K parkurunda buradan geçeceksiniz.





HOŞ GELDİN! WELCOME!

Kaçkar by UTMB'nin İkinci Edisyonuna Hoş Geldiniz!

Unutulmaz bir patika koşusu hafta sonu için sizleri yeniden Ayder'de ve Kaçkar Dağları'nın vahşi güzelliğinde ağırlamaktan büyük mutluluk duyuyoruz.

Bu yıl, Türkiye'den ve dünyanın dört bir yanından gelen koşucular; kadim çoban patikalarını, derin vadileri, buzul göllerini, sarp zirveleri ve sık ormanları bir kez daha adımlayacak. Zorlu, büyüleyici ve öngörülemez olan bu arazi, burada yarışmayı bu kadar özel kılan şeyin tam da kendisidir.

İster ilk patika yarışınız, ister ilk ultra maratonunuz, ister UTMB yolculuğunuzda yeni bir adım olsun; sizleri başlangıç çizgisinde görmek için sabırsızlanıyoruz. Geçen yıl Kaçkar by UTMB'nin hikayesini yazmaya başladık. Bu yıl ise sizler, bu hikayenin bir sonraki bölümünün bir parçası oluyorsunuz.

Kaçkar Dağları bir yarış parkurundan çok daha fazlasıdır. Burası, bizleri bu patikalarda ağırlayan ve etkinliği eşsiz bir konukseverlikle destekleyen yerel toplulukların evidir. Lütfen yöre halkına, doğaya ve diğer patika kullanıcılarına saygı gösteriniz. Çöplerinizi yanınızda taşıyınız veya beslenme noktalarında bırakınız; bu benzersiz coğrafyayı korumamıza yardımcı olunuz.

Ayrıca bölgeyi yarışın ötesinde de deneyimlemenizi tavsiye ediyoruz. Yayla köylerini keşfedin, yerel lezzetlerin ve geleneklerin tadını çıkarın; Türkiye'nin bu özel köşesini benzersiz kılan her şeyin keyfini sürün.

Bu organizasyon; ortaklarımızın, yerel makamların, mülk sahiplerinin, gönüllülerin ve yarışı hayata geçirmek için perde arkasında emek veren herkesin desteği olmadan gerçekleşemezdi. Yol boyunca onlara bir tebessüm etmeyi veya selam vermeyi unutmayın; onlar sizler için oradalar.

Bizimle koşmayı seçtiğiniz ve Kaçkar by UTMB hikayesinin bir parçası olduğunuz için teşekkür ederiz.

Dağlar sizi bekliyor. Onlara meydan okumaya hazır mısınız?

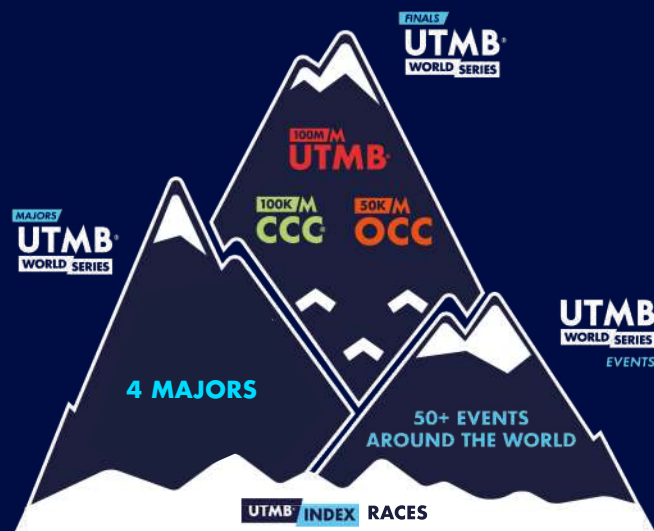


JOHANN ESSL
RACE DIRECTOR

MEET YOUR EXTRAORDINARY

Uniting trail runners, both elite and amateur alike, through the leading international events in the most stunning locations.

The UTMB® World Series gives all trailrunners the chance to experience UTMB® adventure across the world, discovering cultures and sharing trails as they start their quest towards the UTMB® World Series Finals at the pinnacle HOKA UTMB® Mont-Blanc.



FINALS

The mythic *HOKA UTMB Mont-Blanc* is the world's most well-known and revered trail running event on the planet. In the heart of the Alps, the prestigious **UTMB World Series Finals** are held in 3 categories: the **OCC (50K)**, **CCC® (100K)** and **UTMB® (100M)** every year at the end of August in Chamonix, France.

MAJORS

Four UTMB World Series Majors, are held each year across the Americas, Europe, Asia-Pacific and Oceania regions. Collect double the amount of Running Stones compared to other UTMB World Series Events for the UTMB World Series Finals lottery. In total, 210 runners are also granted automatic qualification for the UTMB World Series Finals through each Major. This includes age-group category winners and the top 10 male and female runners in the 100M, 100K and 50K categories.

EVENTS

Get the UTMB experience closer to home. Built on a passion for the mountains, with sustainability at its heart, UTMB World Series Events, gives all trail runners the chance to experience the UTMB adventure while showcasing the unique aspects that each race destination offers at over 50 Events around the world.



BEGIN YOUR QUEST TO HOKA UTMB MONT-BLANC AND THE UTMB WORLD SERIES FINALS.



RUNNING STONES: BOOST YOUR CHANCES FOR THE UTMB WORLD SERIES FINALS

Earn Running Stones by completing races in the 20K, 50K, 100K, or 100M categories at any UTMB World Series Event or Major.

- ✓ *Running Stones are cumulative and never expire, so you can collect as many as you like over time.*
- ✓ *You'll need just 1 Running Stone from the past two years to qualify for the Finals lottery.*
- ✓ *Each Running Stone gives you an extra chance to be selected in the lottery.*

Start your journey, gather your Running Stones, and unlock the path to the UTMB World Series Finals!

UTMB INDEX

YOUR TRAIL RUNNING PASSPORT

The **UTMB Index** measures a runner's performance across four race categories: **20K, 50K, 100K, and 100M**, as well as an overall score.

IT'S ESSENTIAL FOR:

- ✓ **Entering the UTMB World Series Finals lottery**
(with at least 1 Running Stone)
- ✓ **Defining your start wave**
to ensure the best race experience.
- ✓ **ExclusiveRace Access:**
You benefit from a 48-hour priority registration to UTMB World Series Events. Some **100K and 100M** events require a valid UTMB Index for safety or lottery pre-registration.

HOW IT WORKS:

- ✓ Your UTMB Index is based on your **top 5 race results** (weighted for recency and performance) over the last **36 months**. At least 1 valid race result in the past **24 months** is required for a valid UTMB Index.
- ✓ With over **7,000 races worldwide**, there are plenty of opportunities to boost your UTMB Index.

Ready to level up your trail running?

Validate or improve your UTMB Index today!

CHECK IT OUT AT [UTMB.WORLD](https://utmb.world)



CREATE YOUR MY UTMB® ACCOUNT

Manage everything in one place:

- Track your Running Stones and UTMB® Index.
- View your race results and performance stats.
- Check upcoming race registrations.
- Share your achievements with friends.

START YOUR JOURNEY AT [UTMB.WORLD](https://utmb.world)

UTMB®

WORLD SERIES

FINALS

HOKA UTMB® MONT-BLANC

AUGUST 24-30 | CHAMONIX MONT-BLANC,
COURMAYEUR, ORSIÈRES
FRANCE, ITALY, SWITZERLAND

100M/M UTMB®

100K/M CCC®

50K/M OCC

MAJORS

OCEANIA MAJOR

HOKA ULTRA-TRAIL AUSTRALIA™ BY UTMB®

MAY 14-17 | KATOOMBA, AUSTRALIA

EUROPE MAJOR

HOKA VAL D'ARAN BY UTMB®

JULY 01-05 | VIELHA, SPAIN

AMERICAS MAJOR

HOKA KODIAK ULTRA MARATHONS™ BY UTMB®

OCTOBER 08-11 | BIG BEAR LAKE, USA

ASIA-PACIFIC MAJOR

HOKA CHIANG MAI THAILAND BY UTMB®

NOV 28 - DEC 6 | CHIANG MAI, THAILAND



EVENTS

EUROPE

ARC OF ATTRITION BY UTMB®

JANUARY 22-25 | UNITED KINGDOM

OCEANIA

TARAWERA ULTRA-TRAIL BY UTMB®

FEBRUARY 14-15 | NEW ZEALAND

AMERICAS

PUERTO VALLARTA MÉXICO BY UTMB®

MARCH 05-07 | MEXICO

NEW ASIA

HOKA XTRAIL KENTING BY UTMB®

MARCH 06-08 | KENTING TAIWAN

ASIA

WAR HORSE ULTRA-TRAIL XIAMEN BY UTMB®

MARCH 14-15 | CHINA

AMERICAS

USHUAIA FIN DEL MUNDO BY UTMB®

MARCH 18-22 | ARGENTINA

EUROPE

TENERIFE BLUETRAIL BY UTMB®

MARCH 19-21 | SPAIN

EUROPE

CHIANTI ULTRA TRAIL BY UTMB®

MARCH 19-22 | ITALY

EUROPE

ISTRIA 100™ BY UTMB®

APRIL 09-12 | CROATIA

AMERICAS

DESERT RATS TRAIL RUNNING FESTIVAL™ BY UTMB®

APRIL 09-12 | USA

NEW ASIA

ULTRA-TRAIL MOGAN BY UTMB®

APRIL 10-12 | CHINA

EUROPE

GRAND RAID VENTOUX BY UTMB®

APRIL 24-26 | FRANCE

ASIA

AMAZON JUNGLE THAILAND BY UTMB®

APRIL 30-MAY 03 | THAILAND

NEW EUROPE

OH MEU DEUS BY UTMB®

MAY 01-03 | PORTUGAL

EUROPE

TRAIL ALSACE BY UTMB®

MAY 14-17 | FRANCE

EUROPE

ULTRA-TRAIL SNOWDONIA BY UTMB®

MAY 15-17 | UNITED KINGDOM

NEW AMERICAS

ROTHROCK BY UTMB®

MAY 15-17 | USA

EUROPE

MOZART 100™ BY UTMB®

MAY 23 | AUSTRIA

AFRICA

MOUNTAIN ULTRA TRAIL™ BY UTMB®

MAY 29-31 | SOUTH AFRICA

EUROPE

TRAIL 100 ANDORRA™ BY UTMB®

JUNE 11-14 | ANDORRA

EUROPE

TRAIL DU SAINT-JACQUES BY UTMB®

JUNE 12-14 | FRANCE

ASIA

TRAIL OF THE KINGS - LAKE TOBA BY UTMB®

JUNE 12-14 | INDONESIA

NEW EUROPE

SALOMON ZUGSPITZ ULTRA TRAIL

POWERED BY LEDLENSER BY UTMB®

JUNE 18-20 | GERMANY

ASIA

KAGA SPA TRAIL ENDURANCE 100 BY UTMB®

JUNE 18-21 | JAPAN

EUROPE

LA SPORTIVA® LAVAREDO ULTRA TRAIL® BY UTMB®

JUNE 24-28 | ITALY

AMERICAS

TORRENCIAL CHILE BY UTMB®

JUNE 26-28 | CHILE

AMERICAS

WESTERN STATES® 100-MILE ENDURANCE RUN

JUNE 27-28 | USA

EUROPE

RESTONICA TRAIL BY UTMB®

JULY 09-11 | FRANCE

EUROPE

TRAIL VERBIER ST-BERNARD BY UTMB®

JULY 10-12 | SWITZERLAND

EUROPE

EIGER ULTRA TRAIL™ BY UTMB®

JULY 15-19 | SWITZERLAND

EUROPE

MONTE ROSA WALSERWAG BY UTMB®

JULY 17-19 | ITALY

AMERICAS

SPEEDGOAT™ MOUNTAIN RACES BY UTMB®

JULY 23-25 | USA

NEW EUROPE

BUCOVINA ULTRA ROCKS BY UTMB®

JULY 24-26 | ROMANIA

AMERICAS

QUITO TRAIL BY UTMB®

JULY 31-AUGUST 02 | ECUADOR

NEW EUROPE

GAUJA TRAIL BY UTMB®

AUGUST 01-02 | LATVIA



2026 CALENDAR

EUROPE

KAT100™ BY UTMB®

AUGUST 06-08 | AUSTRIA

NEW

AMERICAS

BORÉALYS MONT-TREMBLANT BY UTMB®

AUGUST 14-16 | CANADA

AMERICAS

ULTRA TRAIL WHISTLER™ BY UTMB®

AUGUST 21-23 | CANADA

NEW

AMERICAS

SNOWBASIN BY UTMB®

SEPTEMBER 10-12 | USA

EUROPE

WILDSTRUBEL BY UTMB®

SEPTEMBER 10-13 | SWITZERLAND

ASIA

MALAYSIA ULTRA-TRAIL BY UTMB®

SEPTEMBER 11-13 | MALAYSIA

EUROPE

KAÇKAR BY UTMB®

SEPTEMBER 11-13 | TÜRKIYE

ASIA

JD ULTRA-TRAIL GREAT WALL BY UTMB®

SEPTEMBER 11-13 | CHINA

AMERICAS

GRINDSTONE TRAIL RUNNING FESTIVAL™ BY UTMB®

SEPTEMBER 17-20 | USA

AMERICAS

PARATY BRAZIL BY UTMB®

SEPTEMBER 17-20 | BRAZIL

EUROPE

JULIAN ALPS TRAIL RUN BY UTMB®

SEPTEMBER 18-20 | SLOVENIA

EUROPE

NICE CÔTE D'AZUR BY UTMB®

SEPTEMBER 24-27 | FRANCE

AMERICAS

CHIHUAHUA BY UTMB®

OCTOBER 01-03 | MEXICO

ASIA

TRANSJEJU BY UTMB®

OCTOBER 02-04 | SOUTH KOREA

ASIA

ULTRA TRAIL MOUNT YUN BY UTMB®

OCTOBER 16-18 | CHINA

EUROPE

KULLAMANNEN BY UTMB®

OCTOBER 30-31 | SWEDEN

EUROPE

MALLORCA BY UTMB®

OCTOBER 30 - NOVEMBER 1 | SPAIN

ASIA

ULTRA-TRAIL SHUDAO BY UTMB®

NOVEMBER 6-8 | CHINA

ASIA

TRANSLANTAU™ BY UTMB®

NOVEMBER | HONG KONG, CHINA

EUROPE

PUGLIA BY UTMB®

NOVEMBER | ITALY

AMERICAS

HOKA PACIFIC TRAILS CALIFORNIA BY UTMB®

NOVEMBER 13-15 | USA

AMERICAS

PATAGONIA BARILOCHE BY UTMB®

NOVEMBER 18-22 | ARGENTINA

OCEANIA

ULTRA-TRAIL KOSCIUSZKO™ BY UTMB®

NOVEMBER 26-28 | AUSTRALIA

NEW

ASIA

OMAN BY UTMB®

DECEMBER 10-12 | OMAN

NEW IN 2027

NEW ASIA

VIETNAM HIGHLANDS TRAIL BY UTMB®

JANUARY 08-10 | VIETNAM

NEW EUROPE

SKYLINE SCOTLAND BY UTMB®

SEPTEMBER | UNITED KINGDOM

VISIT [UTMB.WORLD](https://www.utmb.world)

MY UTMB®+

THE PROGRAM THAT REWARDS YOUR ENGAGEMENT!

1

GET INVOLVED

Participate, support causes, and make choices that matter.

2

LEVEL UP

Collect points with every action, progress through levels, and showcase your engagement.

3

ENJOY REWARDS

Unlock partner benefits, priority access, exclusive content, and more.



MYUTMB+ IS READY FOR YOU IN YOUR MYUTMB ACCOUNT.

NOT YET A MEMBER? Subscribe to the UTMB World Series Newsletter to join the adventure.

DISCOVER MY UTMB+

VISIT [UTMB.WORLD](https://utmb.world)



TURKCELL'DEN

5G'DE

DEV YATIRIM

YÜKSEK HIZ KAPASİTESİ

GÜÇLÜ KAPSAMA

5G'den 1 Nisan 2026 itibarıyla, 5G uyumlu cihazlar ve SIM kartla 5G kapsama alanı içinde faydalanabilirsiniz. 5G'de üst bağlantı hızı, kapsama alanına, hizmet alınan baz istasyonuna, coğrafi koşullara, şebeke yoğunluğuna, kullanılan cihaza ve baz istasyonuna olan uzaklığa göre değişebilir. 16 Ekim 2025 tarihinde yapılan 5G frekans tahsisi sonuçlarını kapsar. Detaylar için: turkcell.com.tr/5G

KOŞUCUNUN TAAHHÜDÜ

KAÇKAR BY UTMB'YE KATILIMCI OLDUĞUNUZDA,
AŞAĞIDAKİLERE BAĞLI KALMANIZ ESASTIR:

Etkinliğin uzunluğu, irtifası ve teknik doğasının tamamen farkında olun ve gerekli hazırlıkla başlangıç çizgisine gelin.

Yarıştan önce, bu tür bir etkinlikte beklenen zorluk ve güçlükleri yönetme yeteneği dâhil olmak üzere dağlarda kişisel özerklik için gerçek bir kapasiteye sahip olun, örneğin:

- dışarıdan yardım almadan, yüksek irtifada potansiyel olarak şiddetli hava koşullarıyla (karanlık, rüzgâr, soğuk, sıcak, sis, yağmur veya kar) başa çıkabilmek;
- yorgunluk, sindirim sorunları, kas veya eklem ağrıları, küçük yaralanmalar veya diğer zorluklardan kaynaklanan fiziksel veya zihinsel sorunları, yalnız kalındığında bile yönetebilmek.

Organizatörlerin rolünün koşuculara bu kişisel zorlukları yönetmede yardım etmek olmadığını anlayın; ancak acil durumlarda beslenme noktalarının ve kurtarma ekiplerinin hazır bulunduğundan emin olun.

Dağ ortamlarında güvenliğin, öncelikle koşucunun karşılaşılan veya öngörülen sorunlara uyum sağlama yeteneğine bağlı olduğunu kabul edin.

Kaçkar Dağları'nın doğasına, yaban hayatına ve yerel topluluklarına saygı gösterin ve yanınızdaki destekçilerin veya seyircilerin de her zaman aynı saygıyı göstermesini sağlayın.

Tüm yarış kurallarını ve yönetmeliklerini bildiğinizden ve onlara uyduğunuzdan emin olun.



SPEEDGOAT 7

RUN WILDER

HOKA

PROVEN GRIP AND CUSHIONING FOR THE TRAILS LESS TAKEN.

BEST FOR
LOOSE &
ROCKY
TERRAIN

ETKİNLİK PROGRAMI

CUMA - 11 EYLÜL

Saat	Etkinlik	Konum
10:00 - 20:00	Kit Dağıtımı	Kit Dağıtımı Alanı
10:00 - 20:00	Kaçkar Ultra Trail Village	Kaçkar Village
13:30 - 14:00	Run Like Her Konuşmacı Paneli & Soru-Cevap	Ana Sahne
14:00 - 14:45	Shake Out Run	Ana Sahne
15:00 - 16:00	Yarış Bilgilendirmesi	Ana Sahne
16:00 - 17:00	Açılış Seremonisi & Elit Atlet Tanıtımı	Ana Sahne
18:00 - 19:00	Konser / DJ	Ana Sahne

CUMARTESİ - 12 EYLÜL

Saat	Etkinlik	Konum
04:00	START - Kaçkar 100K	Start Alanı
06:00 - 19:00	Kaçkar Ultra Trail Village	Kaçkar Village
06:00 - 07:00	Kit Dağıtımı - Kaçkar 50K	Kit Dağıtımı Alanı
08:00	DALGALI START - Kaçkar 50K	Start Alanı
07:30 - 09:00	Kit Dağıtımı - Kaçkar 20K	Kit Dağıtımı Alanı
09:00 - 10:00	Kit Dağıtımı - Ayder 4K	Kit Dağıtımı Alanı
10:00	DALGALI START - Kaçkar 20K	Start Alanı
11:00	START - Ayder 4K	Start Alanı

İlk Sporcu: **AYDER 4K** 11:20 **KAÇKAR 20K** 12:00 **KAÇKAR 50K** 12:45 **KAÇKAR 100K** 13:45
Cut Off süresi: **AYDER 4K** 12:15 **KAÇKAR 20K** 16:30 **KAÇKAR 50K** 21:00 **KAÇKAR 100K** 04:00 (Sunday)

PAZAR - 13 EYLÜL

Saat	Etkinlik	Konum
09:00 - 14:00	Kaçkar Ultra Trail Village	Kaçkar Village
10:30 - 11:00	Belgesel Gösterimi	Ana Sahne
11:00 - 13:00	Ödül Töreni	Ana Sahne
13:00 - 14:00	Kapanış Seremonisi	Ana Sahne

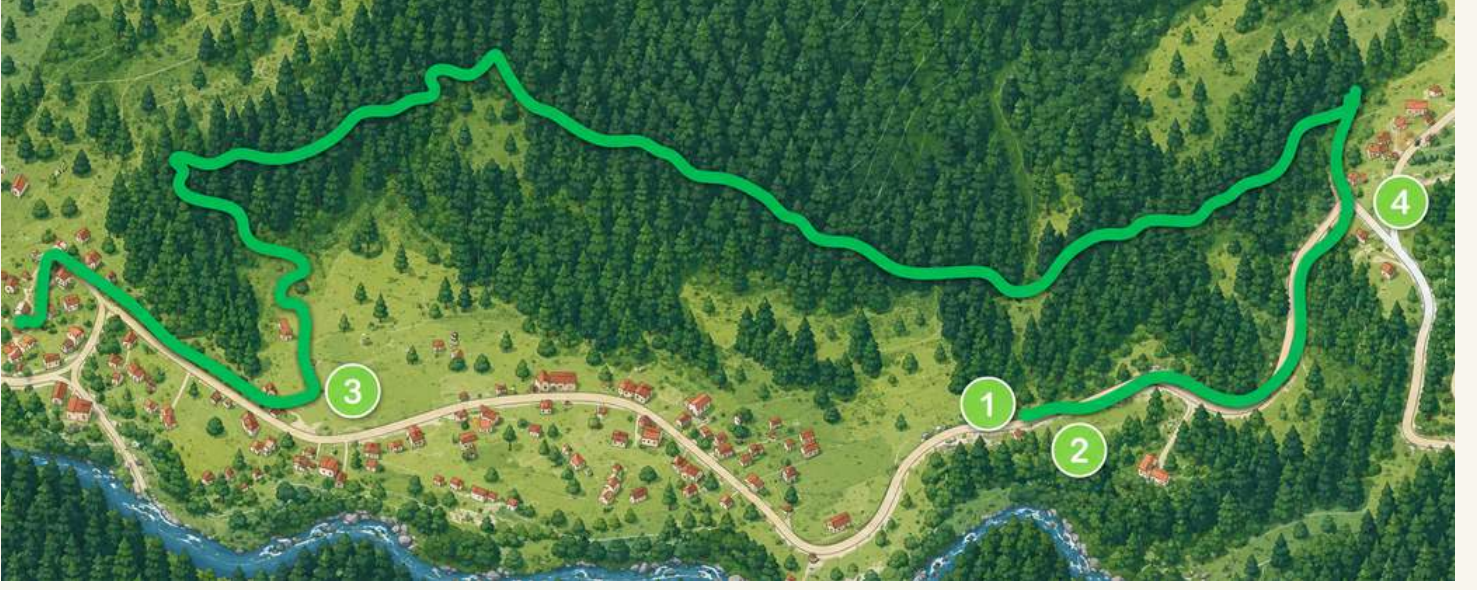
A man with a long, dark beard and mustache, wearing a black cap and sunglasses, is sitting on a concrete ledge. He is wearing a grey tank top and a Suunto watch with a green strap. He is smiling and looking towards the camera. The background is a blurred outdoor setting with a building and some greenery.


SUUNTO
SINCE 1936

90 YEARS
OF RESILIENCE

www.suunto.com

ETKİNLİK ALAN BİLGİLERİ



1 Start / Finiş Alanı

2 Kaçkar Ultra Trail Village

3 Seyirci Alanı

4 Servis Noktası (Seyirciler ve Basın)

START VE FİNİŞ ALANI

- Start ve finiş çizgisi
- Seyirci alanı Startta koşucuları destekleyin
 - Ayder 4K koşucularını finişte karşılamak için alanda kalın
 - İlk finiş yapanları ve favori sporcularınızı finiş çizgisinde karşılamak için LiveTrail uygulamasını takip edin
- Çanta bırakma alanı
- Tuvaletler & Duşlar

SEYİRCİ BİLGİLERİ

- Kaçkar 100K, Kaçkar 50K ve Ayder 4K koşucuları World Pass bayraklarının arasından yeşil alan boyunca aşağı inecek. Koşucuları desteklemek için harika bir nokta!
- En iyi izleme zamanı: starttan yaklaşık 10–20 dakika sonra.
- Seyirci alanı Start Alanı'na yaklaşık 900 m mesafededir. Koşucular start aldıktan sonra zamanında yetişebilmek için hemen seyirci alanına doğru hareket etmenizi öneriyoruz.

KAÇKAR ULTRA-TRAIL VILLAGE

- Kit Dağıtım Alanı (zorunlu ekipman kontrolü ve göğüs numarası teslimi)
- Resmî ürünler ve UTMB World Series partnerleri
- Ana Sahne
- Fan Zone
- Bilgi Noktası ve Tuvaletler
- Finisher Alanı (Finisher Yemeği, Finisher Hediyesi, Fizyoterapi)
- Medikal Alan
- Medya Çadırı

SERVİS NOKTASI

- Shuttle güzergâhları:
 - Yukarı Kavrın (100K & 50K)
 - Avusor – Yaşam Üssü (100K)
 - Galer (50K)
- Ücretsizdir
- Seyirciler ve basın mensupları kullanabilir
- Maksimum kapasite: 15 kişi
- Detaylı bilgi için shuttle programına bakınız

ULTRA TRAIL VILLAGE

CUMA-PAZAR

11 - 13 EYLÜL 2026

ÇALIŞMA SAATLERİ

Cuma 10:00-20:00

Cumartesi 06:00-19:00

Pazar 09:00-13:00



Ayder'in kalbinde, açık havada kurulan Ultra-Trail Village, hafta sonu boyunca Kaçkar by UTMB'nin buluşma noktası olacak.

Koşucuların, destekçilerin ve trail running tutkunlarının bir araya gelerek yarış atmosferini paylaşacağı ve trail running dünyasını birlikte kutlayacağı yer burası.

HAFTA SONU BOYUNCA BURADA BULABİLECEKLERİNİZ:

- 1 Start & Finish Alanı
- 2 UTMB World Series ve Kaçkar bu UTMB Partnerleri – spora güç veren markalarla tanışın. Koşu & Lifestyle Katılımcıları – en yeni ekipmanları, giyim ürünlerini ve yenilikleri keşfedin.
- 3 Ana Sahne – konuşmalar, sunumlar ve müzik.
- 4 Kit Dağıtım Alanı – zorunlu ekipman kontrolü ve göğüs numarası teslimi.
- 5 Official Merchandise – Kaçkar by UTMB'nin resmî ürünleri ve hatıra ürünleri.
- 6 Fan Zone

TURKCELL

Turkcell, Türkiye'nin lider teknoloji ve telekomünikasyon şirketlerinden biridir ve ülke genelinde mobil iletişim, dijital servisler ve bağlantı çözümleri sunar. Güçlü teknolojik altyapısıyla insanların her yerde bağlantıda kalmasına yardımcı olur.

HOKA

HOKA, yenilikçi yastıklama teknolojisi, performans odaklı tasarımı ve harekete özgün yaklaşımıyla tanınan global bir koşu ve outdoor markasıdır. Günlük antrenmanlardan yarış gününe kadar koşucuları destekleyen HOKA, sporcuların her mesafe ve zeminde konforlu, güvenli ve verimli şekilde koşmalarına yardımcı olmak üzere tasarlanmış ayakkabı ve tekstil ürünleri sunar.

SUUNTO

Suunto; navigasyon, tempo ve hayati istatistikleri takip etmeye yardımcı olan dayanıklı, GPS özellikli spor saatleri üretir. Akıllı telefonunuz arızalanırsa ideal bir yedek veya zorunlu LiveRun takibinin ötesinde durumsal farkındalık için mükemmel bir çözümdür.

AONIJIE

AONIJIE, su, yiyecek ve acil durum ekipmanlarını güvenle taşımak için hafif koşu sırt çantaları ve kemerleri sunar. Ergonomik tasarımları, "koşu sırt çantası" gerekliliğini karşılamak için mükemmeldir ve zorlu arazide konfor sağlar.

COMPRESSPORT

Compressport'un montları, eldivenleri ve kompresyon ekipmanları özellikle dağ ultraları için tasarlanmıştır; hafif, su geçirmez ve UTMB hava koşulları standartlarına uygundur. Ürünleri, olumsuz koşullarda sıcak, kuru ve yarış kurallarına uygun kalmanıza yardımcı olur.

SVR

SVR is a French dermocosmetic skincare brand known for high-performance formulas developed for sensitive and demanding skin. Combining dermatological expertise with effective active ingredients, SVR offers skincare and sun protection designed to support and protect the skin in everyday life and during outdoor activity.





NNORMAL

Nnormal, hafif patika koşu ayakkabıları ve çoraplarında uzmanlaşmıştır; tutuş ve konfor için optimize edilmiştir. Patika koşu ayakkabıları, "taban dişli kapalı patika koşu ayakkabısı" zorunluluğunu karşılamaya yardımcı olurken ayak korumasını artırır.

BROOKS

Brooks, rahat ve yastıklamalı patika koşu ayakkabılarıyla tanınır; bu ayakkabılar zorunlu taban dişli gerekliliklerini karşılar. Hafif ve güvenilir çantaları veya baş aksesuarları (şapka, eldiven, buff) da diğer giyim zorunluluklarını destekler.

GARMIN

Garmin, uzun pil ömrü, navigasyon araçları ve LiveTrack ile olay algılama gibi acil durum özellikleri bulunan dayanıklı, çok sporlu GPS saatleri üretir. Zorunlu akıllı telefonunuza akıllı bir ek veya yedek olarak kullanılır.

FOCUS ON

FOCUS ON, koşu ve outdoor aktiviteleri için performans odaklı spor gözlükleri geliştiren bir markadır. Fonksiyonel tasarımı, hareket halindeyken net ve konforlu görüşle bir araya getirir.

CAMELBAK

CamelBak'in koşucu yelekleri ve hazneleri, sıvıyı eller serbest şekilde taşımak için güvenilir bir çözüm sunar. Böylece minimum zorunlu sıvı kapasitesi gerekliliğini (1-1,5 L) kolayca karşılar ve hareket halindeyken sıvıya erişimi kolaylaştırır.

PT ACADEMY

PT Academy, hem amatör hem de profesyonel sporcularla çalışan bir spor fizyoterapisi, rehabilitasyon ve performans merkezidir. Ekibi; sakatlıkların önlenmesi, iyileşme, mobilite ve performans alanlarında sporculara destek olarak koşucuların yarış öncesinde ve sonrasında sağlıklı kalmalarına ve en iyi şekilde hareket etmelerine yardımcı olur.



FAN ZONE

Yarışı Coşkuyla Kutlayın.
Topluluğu Destekleyin.

Etkinlik alanının kalbinde yer alan Kaçkar by UTMB Fan Zone; yarış hafta sonu boyunca buluşmak, dinlenmek ve atmosferin tadını çıkarmak için harika bir noktadır.



SİZİ NELER BEKLİYOR



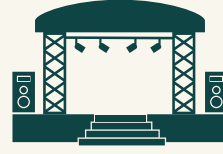
Yerel Lezzet Stantları



İçecekler



Müzik



Sahne Programı



Koşucular,
destekçiler, aileler ve
ziyaretçiler için canlı
bir buluşma noktası

Detaylı sahne programı ve saatleri etkinliğe yakın bir tarihte açıklanacaktır.

FAN ZONE'DAN DAHA FAZLASI



Fan Zone da vakit geçirerek, yerel stantların tadını çıkararak ve bu atmosferin bir parçası olarak, Kaçkar by UTMB'yi evlerinde ağırlayan yöre halkını ve topluluğu da desteklemiş olursunuz.

Fan Zone; Ayder'de güçlü köklere sahip ve yerel halkla yakın bağları bulunan Çamlıhemşin Ayder Çevre ve Turizm Derneği'ni desteklemek amacıyla oluşturulmuştur.

Eylül 2025'te Ayder'de yaşanan felaketin ardından dernek, bölge sakinlerini desteklemede ve topluluğun bu zorlu sürecin üstesinden gelmesine yardımcı olmada önemli bir rol üstlenmiştir.



TUDOR



BLACK BAY 58

What is it that drives someone to greatness? To take on the unknown, venture into the unseen, and dare all? This is the spirit that gave birth to TUDOR. This is the spirit embodied by every TUDOR Watch. Including the TUDOR Black Bay 58, a 39mm diameter stainless steel diving watch with a Manufacture Caliber and a vintage feel. Some are born to follow. Others are born to dare.

**BORN TO
DARE**

SERVİS PROGRAMI

Kaçkar by UTMB araç trafiğine kapalı bir etkinliktir.

Özel aracınızla geliyorsanız, son dakika stresi yaşamamak için park planınızı önceden yapmanız önemlidir.

Tüm resmî shuttle servisleri koşucular ve etkinlik misafirleri için ücretsizdir.



HAVALİMANI SERVİSLERİ

Nereden	Nereye	Yolculuk Süresi	Çalışma Tarihleri	Sefer Sıklığı
Rize-Artvin Havalimanı	Ayder (Otopark)	60 dk	10 - 11 Eylül	Belirlenecek
Ayder (Otopark)	Rize-Artvin Havalimanı	60 dk	13 Eylül	Belirlenecek

Detaylı servis programı ve saatleri etkinliğe yakın bir tarihte açıklanacaktır.

AYDER İÇİ SERVİSİ

Nereden	Nereye	Yolculuk Süresi	Çalışma Tarihleri	Sefer Sıklığı
Ayder (Otopark)	Kaçkar Ultra Village	15 dk	10 - 13 Eylül	her 15 - 20 dk

DESTEK NOKTALARINA SEYİRCİ SERVİSLERİ

Nereden	Nereye	Yolculuk Süresi	Çalışma Saatleri	Sefer Sıklığı	Destek Noktasından Geçen Parkurlar
Ayder	Yukarı Kavrın	40 dk (max)	05:00 - 14:30	her 30 dk	Kaçkar 50K, Kaçkar 100K
Ayder	Avusor	20 dk	08:30 - 17:00	her 30 dk	Kaçkar 100K
Ayder	Galer	20 dk	11:30 - 18:30	her 30 dk	Kaçkar 50K

Not: Seyircilerin ziyaret etmesine izin verilen üç Yardım Noktası bulunmaktadır: **Yukarı Kavrın, Galer and Avusor**

SIDAS.COM

UTMB®
WORLD SERIES



OFFICIAL FOOTCARE

NO
FINISH LINE
WITHOUT
FOOTCARE



PEDICURE

3 weeks before



TANNING

Apply from D-20 to D-10

Alternate lemon juice and
ANTI-FRICTION cream every evening



ANTI-FRICTION
CREAM

From D-10 to D-day

Apply cream generously every day

#nofinishline
withoutfootcare

© ZOÉ BOUILLET



AONIJIE
RUNNING



KİT DAĞITIM ALANI



KİT DAĞITIMI

Tüm yarışların kit dağıtımı, Kaçkar Ultra-Trail Village içindeki Kit Dağıtım Alanı'nda gerçekleştirilecektir.

Yarışlar	Çalışma Saatleri
KAÇKAR 100K	Cuma 10:00 - 20:00
KAÇKAR 50K	Cuma 10:00 - 20:00 ve Cumartesi 06:00 - 07:00
KAÇKAR 20K	Cuma 10:00 - 20:00 ve Cumartesi 07:30 - 09:00
AYDER 4K	Cuma 10:00 - 20:00 ve Cumartesi 09:00 - 10:00

Göğüs numarası teslim sürecinin mümkün olduğunca hızlı ve sorunsuz ilerlemesi için lütfen hazırlıklı gelin ve yeterli zaman ayırın. Yoğun saatlerde yüksek katılım nedeniyle sıra oluşması beklenmektedir. Son ana bırakmak yerine erken gelmenizi ve zorunlu ekipmanınızın tamamını kontrole hazır bulundurmanızı önemle tavsiye ediyoruz.

Kit dağıtım sürecinde aşağıdaki adımlar uygulanacaktır:

- Kimlik kontrolü – lütfen kimliğinizi hazır bulundurun.
- Zorunlu ekipman kontrolü – işleme devam edebilmeniz için tüm zorunlu ekipman ve kıyafetlerinizi göstermeniz gerekmektedir. Zorunlu ekipmanlardan herhangi biri eksikse, sıradan ayrılarak eksik ekipmanı tamamlamanız istenecektir. Yarışa katılabilmek için tüm zorunlu ekipmanların eksiksiz olması gerekir. Ayder'de trail running ekipmanı satın alabileceğiniz mağaza seçeneklerinin sınırlı olduğunu unutmayın.
- Yarış kitinin teslim alınması – göğüs numaranız, drop bag'iniz (yalnızca KAÇKAR 100K & 50K) ve hediyeniz dahildir.
- OWAKA GPS takip cihazının kurulumu – yalnızca KAÇKAR 100K & 50K için geçerlidir.



FOR EVERY MILESTONE

SUSTAINABLE HEAD & NECKWEAR
DESIGNED FOR EVERY ADVENTURE

MADE IN
BARCELONA
buff.com



**PUSH HARDER, RUN STRONGER
WITH COMPRESSPORT
BY YOUR SIDE.**



R2 3.0 CALF SLEEVES

**WHEREVER YOU RACE,
WE SUPPORT YOU.**

YARDIM İSTASYONU BİLGİLERİ

Parkur boyunca belirlenmiş beslenme noktaları, yeniden enerji toplamak, sıvı almak ve kısa bir mola vermek için fırsat sunar. Burada koşucular, CP planına göre yiyecek-içecek, barınak ve tuvalet imkânı bulacaktır.

Beslenme noktalarına girebilmek için koşucuların göğüs numaralarını takmaları zorunludur.

Unutmayın, beslenme noktasında bulunduğunuz süre yarış zamanınızı durdurmaz. Bazı noktalarda kendi cut-off süreleri vardır ve bu süreyi kaçırmak yarışa devam edemeyeceğiniz anlamına gelir.

Kaçkar by UTMB'de beslenme noktalarında mataralarınızı veya suluk çantalarınızı doldurabilmeniz için içme suyu, kola ve enerji içeceği karışımları bulunur.

Sürdürülebilirlik politikamız gereği, kişisel yeniden kullanılabilir bardak ve yemek takımı getirmeniz zorunludur.



Bu ikramlar, beslenme stratejinizi desteklemek içindir, onun yerine geçmez. Ultra-patika koşuları kendi kendine yeterlilik gerektirir; bu yüzden beslenme ve sıvı alımınızı dikkatle planlayın ve beslenme noktalarını kendi taşıdıklarınıza ek bir destek olarak kullanın.

Bir beslenme noktasından ayrılmadan önce her koşucu, bir sonraki kontrol noktasına güvenle ulaşabilecek kadar yiyecek ve sıvıya sahip olduğundan emin olmalıdır.

YARDIM İSTASYONU BİLGİLERİ

MENÜDE NELER VAR?

Yarış parkurları boyunca üç farklı türde beslenme noktası bulunmaktadır. Hangi noktada hangi türün olduğunu görmek için lütfen Kaçkar by UTMB web sitesindeki yarış parkuru profillerini kontrol edin.



SADECE İÇECEK

Bu noktalarda sizi serinletmek ve enerjinizi yenilemek için çeşitli içecekler bulacaksınız.

Seçenekler arasında sade soda su, kola, ISO enerji içecekleri, çay ve hazır kahve bulunmaktadır.



FOOD & DRINK

Bu noktalarda hem sıvı desteği hem de koşunuzu besleyecek geniş bir atıştırmalık seçkisi bulabilirsiniz.

Tüm içecek çeşitlerinin yanı sıra kek, Snickers, petit beurre bisküvileri, cips, tuzlu fıstık, çubuk kraker, taze meyve (muz, portakal, limon), kuru meyve (kayısı, üzüm), dilimlenmiş kaşar peyniri ve ekmek sunulmaktadır.

Bazı kontrol noktalarında ayrıca sütlaç gibi yerel lezzetler ve enerji jelleri bulabilirsiniz.

Yolculuğunuza devam etmeden önce hızlı bir enerji desteği veya yeniden güç toplamak için mükemmeldir.



SICAK YEMEK

Yukarıdakilere ek olarak, bu beslenme noktalarında ayrıca şunlar da sunulmaktadır: Mercimek çorbası, makarna, patates.

Lütfen unutmayın, zorunlu ekipman kapsamında KENDİ kâse veya tabağınızı getirmeniz GEREKİR.

Lütfen dikkat: Tüm yiyecek seçenekleri değişikliğe tabidir.



YARDIM İSTASYONU BİLGİLERİ

KADIN KATILIMCILAR İÇİN OLANAKLAR VE MALZEMELER



Yalnızca kadınlara özel tuvaletler, Start/Finish alanında ve tuvalet imkânı bulunan bazı beslenme noktalarında mevcut olacaktır.

Kadın hijyen ürünleri de bu noktalarda, genellikle beslenme noktalarının içinde bulunacaktır. Lütfen gerektiğinde ürünler konusunda CP görevlilerinden yardım isteyin.

KİŞİSEL ASİSTAN 'DESTEK' – KAÇKAR 100K VE KAÇKAR 50K



Kişisel bir asistanın (destek ekibinin) yalnızca belirlenmiş beslenme noktalarında bulunmasına izin verilir.

Lütfen bu bilgileri önceden inceleyin ve planınızı buna göre yapın.

KAÇKAR 100K

HAZINDAK	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
SAMİSTAL	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
YUKARI KAVRUN	✓ DESTEK İZİNLİ
YUKARI CEYMAKÇUR	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
AŞAĞI ÇEYMAKÇUR	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
PALAKÇUR	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
AVUSOR	✓ DESTEK İZİNLİ
KOÇDÜZÜ	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
AŞAĞI KAÇKAR	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
HUSER	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
AYDER	✓ FİNİŞ ALANI

KAÇKAR 50K

HAZINDAK	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
SAMİSTAL	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
YUKARI KAVRUN	✓ DESTEK İZİNLİ
YUKARI CEYMAKÇUR	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
AŞAĞI ÇEYMAKÇUR	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
PALAKÇUR	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
GALER	✗ KİŞİSEL ASİSTAN YOK
AYDERN (FINISH)	✓ FİNİŞ ALANI

KİŞİSEL ASİSTAN KURALLARI:

- Sadece belirlenmiş yardım istasyonlarının içinde aynı anda yalnızca bir kişi tarafından destek alabilirsiniz.
- Kaçkar 100K ve 50K koşucuları, zorunlu ekipman kontrolünü tamamladıktan sonra kayıt paketlerinde bir Destek Ekibi bilekliği alacaktır.
- Bu bileklik, destek ekibinize 30L kapasiteyi aşmayan bir çantayla yardım istasyonuna giriş hakkı verir.
- Geçerli Destek Ekibi bilekliği olmadan bir yardım istasyonuna girmeye çalışan kişiler içeri alınmayacak ve alandan ayrılımları istenecektir.
- Destekçilerin yardım istasyonlarına ulaşmak için yalnızca resmî servisleri kullanmalarına izin verilmektedir.

Katılımcılara, 1x Destek Ekibi bilekliği dışında ek medya erişimi veya talebi verilmeyecektir. Yalnızca resmî medya akreditasyon kartı taşıyan Kaçkar by UTMB Medya Ekibi'nin akredite üyelerinin yardım istasyonlarına girmesine izin verilecektir.

DİĞER YARDIM İSTASYONLARINDA KESİNLİKLE KİŞİSEL DESTEKÇİLERE İZİN VERİLMEZ

YARDIM İSTASYONU BİLGİLERİ

SEYİRCİLİK

Arkadaşlar ve aile, Kaçkar by UTMB deneyiminin önemli bir parçasıdır ve birçoğu parkur boyunca koşucularını desteklemek isteyecektir. Kaçkar Dağları, Başlangıç Alanı'ndan servisle gidilerek hem yarışı izleyebileceğiniz hem de atmosferi hissedebileceğiniz muhteşem seyir noktaları sunar.

Ancak unutmayın, **burası bir yarış ortamıdır**. Seyirciler, sporculara tezahürat ve moral dışında hiçbir şekilde müdahale etmemeli veya yardımda bulunmamalıdır.

Yardım istasyonlarının çoğunun uzak konumda olması nedeniyle erişim sınırlıdır. Bazı noktalara yol erişimi kısıtlı olduğu veya güvenli alan bulunmadığı için ziyaretçi kabul edilememektedir. Bu nedenle yalnızca belirli yardım istasyonları seyircilere açıktır.

- Erişim, yalnızca bu rehberde listelenen belirlenmiş yardım istasyonlarında izinlidir.
- Kısıtlı alanlarda izlemeye çalışmak, alandan çıkarılmanıza ve koşucunuz için ceza uygulanmasına yol açabilir.
- Seyirciler her zaman yardım istasyonlarının dışında kalmalıdır; giriş yalnızca koşuculara, akreditasyonlu Medya'ya, bileklikli destekçilere ve etkinlik personeline sıkı şekilde sınırlıdır.

Bu kurallara uyarak güvenliğini sağlamamıza, yerel çevreyi korumamıza ve hem koşucular hem de destekçiler için en iyi deneyimi yaşatmamıza yardımcı olursunuz.

KAÇKAR 100K

HAZINDAK	✗ DESTEK YOK
SAMISTAL	✗ DESTEK YOK
YUKARI KAVRUN	✓ DESTEK İZİNİLİ
YUKARI CEYMAKÇUR	✗ DESTEK YOK
AŞAĞI ÇEYMAKÇUR	✗ DESTEK YOK
PALAKÇUR	✗ DESTEK YOK
AVUSOR	✓ DESTEK İZİNİLİ
KOÇDÜZÜ	✗ DESTEK YOK
AŞAĞI KAÇKAR	✗ DESTEK YOK
HUSER	✗ DESTEK YOK
AYDER	✓ FİNİŞ ALANI

KAÇKAR 50K

HAZINDAK	✗ DESTEK YOK
SAMISTAL	✗ DESTEK YOK
YUKARI KAVRUN	✓ DESTEK İZİNİLİ
YUKARI CEYMAKÇUR	✗ DESTEK YOK
AŞAĞI ÇEYMAKÇUR	✗ DESTEK YOK
PALAKÇUR	✗ DESTEK YOK
GALER	✓ DESTEK İZİNİLİ
AYDERN (FINISH)	✓ FİNİŞ ALANI

Servis saatleri aşağıda verilmiştir — seyircilerinizin zamanında ulaşabilmesi için lütfen bunu önceden kontrol edin ve paylaşın.

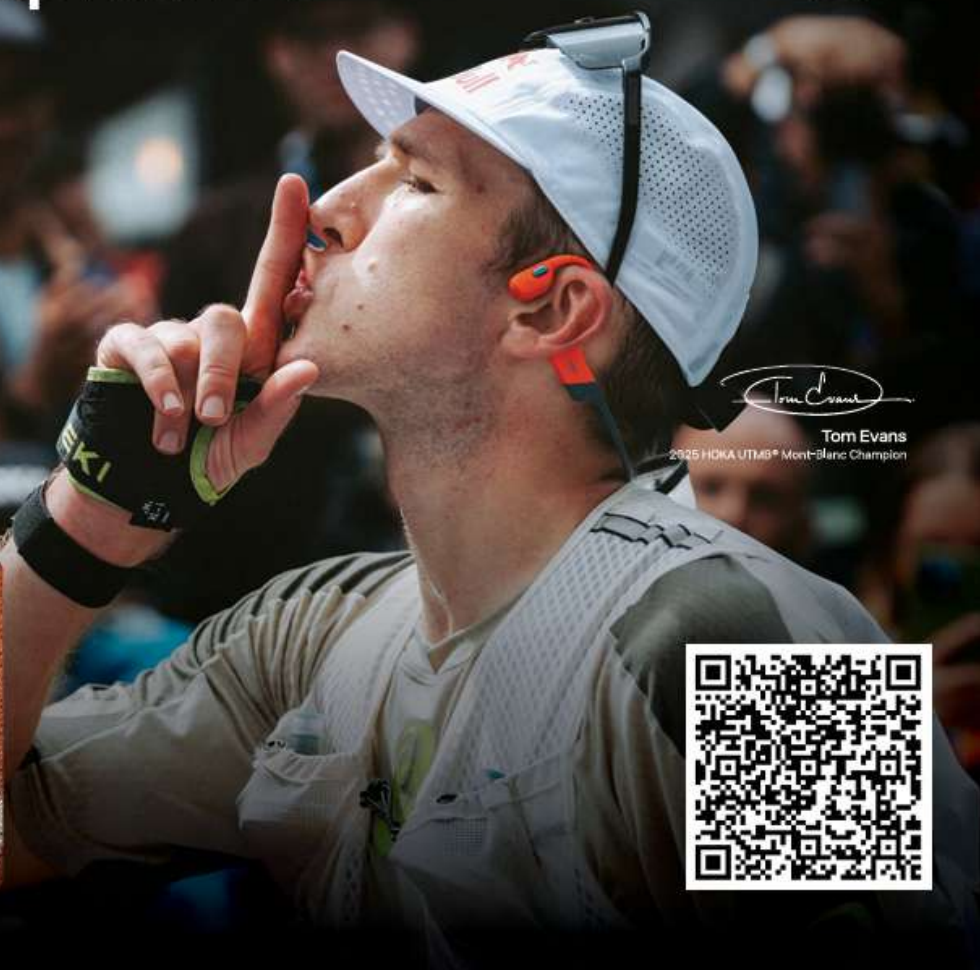
Nereden	Nereye	Yolculuk Süresi	Çalışma Saatleri	Sefer Sıklığı	Destek Noktasından Geçen Parkurlar
Ayder	Yukarı Kavrın	50 dk (max)	05:00 - 14:30	her 30 dk	Kaçkar 50K, Kaçkar 100K
Ayder	Galer	20 dk	11:30 - 18:30	her 30 dk	Kaçkar 50K
Ayder	Avusor	20 dk	08:30 - 17:00	her 30 dk	Kaçkar 100K

HİÇBİR YARDIM İSTASYONUNA BİREYSEL ARAÇ ERİŞİMİ YOKTUR

Open Ear Headphones

SHOKZ

OPENRUN PRO 2



Tom Evans

Tom Evans
2025 HOKA UTMB® Mont-Blanc Champion



STEP INTO
VIBRAM
INNOVATION



JOIN NOW
events.vibram.com



YARIŞ KURALLARI VE BİLGİLERİ

Kaçkar by UTMB, Kaçkar Dağları'nın vahşi arazisinde, teknik patika parkurlarını takip eden birden fazla yarış içerir. Her yarış tek etapta, belirlenmiş bir zaman sınırı içinde fakat tanımlanmamış bir tempoda koşularak tamamlanır.

100K M

KAÇKAR 100K: Yaklaşık 82 km mesafe ve 5.600 metre irtifa kazanımı, Ayder'den başlar, yarı-otonomi ile koşulur. Yaklaşık 400 katılımcı.

50K M

KAÇKAR 50K: Yaklaşık 44 km mesafe ve 3.000 metre irtifa kazanımı, Ayder'den başlar, yarı-otonomi ile koşulur. Yaklaşık 700 katılımcı.

20K M

KAÇKAR 20K: Yaklaşık 20 km mesafe ve 1.300 metre irtifa kazanımı, Ayder'den başlar, yarı-otonomi ile koşulur. Yaklaşık 700 katılımcı.

AYDER 4K

AYDER 4K: Yaklaşık 4 km mesafe ve 230 m irtifa kazanımıyla Ayder'den başlayan, yarı otonom bir yarış. Maksimum kapasite 300 katılımcıdır.



GÖĞÜS NUMARALARI

Yarış girişiniz onaylandıktan (kimlik kontrolü) ve zorunlu ekipmanınız başarıyla kontrolden geçtikten sonra her katılımcıya göğüs numarası verilecektir.

Zorunlu ekipman yok = göğüs numarası yok.

Göğüs numaranız yarış boyunca **her zaman göğsünüzde veya karnınızda, net şekilde görünür olmalıdır**. Her zaman tüm kıyafetlerin üzerinde yer almalı, bacağı takılamaz veya yarış çantanıza iliştileremez. Kolaylık sağlaması için doğru pozisyonda tutmak adına bir yarış kemeri kullanmanızı tavsiye ederiz.

Katılımcının adı ve partner logoları değiştirilemez veya gizlenemez. Göğüs numarası, yarış başlangıcına, yardım istasyonlarına, sağlık noktalarına, duşlara, drop bag teslimine ve DNF geri dönüş hizmetine erişiminizi sağlar.



CUT-OFF TIMES

Cut-off süreleri, katılımcıların her yarış için belirlenen maksimum süre içinde finişe ulaşabilmelerini sağlamak amacıyla belirlenmiştir. Bu süreler, resmî parkur profillerinde ve Kaçkar by UTMB web sitesinde mevcut olan bilgilerde gösterilmektedir.

Bir yardım istasyonu için belirtilen cut-off süresi, o istasyondan ayrılmanız gereken en son zamandır. Belirlenen saatte istasyondan ayrılmamış olan herhangi bir katılımcı derhal yarıştan çıkarılacaktır.



MEDİKAL

Yarış parkurları boyunca birçok noktada acil sağlık personeli görev yapmaktadır. Bu ekipler, yarış finişinin yakınında, Ayder'de bulunan merkezi Sağlık Ekibi ile doğrudan iletişim hâlinindedir.

Sağlık ekibi, sağlık sorunları yaşayan herhangi bir katılımcıya yardımcı olmak için hazırdır — gerek etkinliğin imkânlarıyla gerekirse yerel acil servislerle koordinasyon sağlayarak.

Zor durumda olan veya ciddi şekilde yaralanan bir katılımcı aşağıdaki yollarla yardım çağırmalıdır:

- Yardım istasyonuna vardığında görevlilere bilgi vermek.
- Parkur üzerindeki acil sağlık personeline bilgi vermek.
- Göğüs numarasında yazan Komuta Merkezi acil durum numarasını aramak.
- Başka bir katılımcıdan, göğüs numarasında yazan Komuta Merkezi acil durum numarasını aramasını istemek.
- LiveTrail uygulamasındaki SOS fonksiyonunu kullanmak.
- GPS takip cihazındaki SOS fonksiyonunu kullanmak (yalnızca KAÇKAR 100K ve KAÇKAR 50K için).
- Dikkat çekmek için kafa lambanızı ve düdüğünüzü kullanmak.

Yarışın bir parçası olarak, **her koşucu tehlikede gördüğü herhangi bir kişiye yardım etmeli** ve organizatörleri bilgilendirmelidir.

ZOR DURUMDAKİ BİR KİŞİYE YARDIM ETMEK ZORUNLUDUR

YARIŞ KURALLARI VE BİLGİLERİ



PARKUR İŞARETLEMESİ

Tüm Kaçkar by UTMB parkurları, sizi yönlendirmek için yüksek görünürlüğe sahip işaretlerle tamamen işaretlenmiştir. İşaretler araziye bağlı olarak farklı biçimler alabilir; yere yerleştirilmiş küçük bayraklar, dallara veya kayalara sabitlenmiş şeritler ya da kapılara, direklere veya çitlere tutturulmuş yön okları gibi.

- **Standart aralık:** İşaretler yaklaşık her 50 metrede bir yerleştirilir.
- **Sürekli patika:** Belirgin ve net bölümlerde aralık yaklaşık 100 metreye çıkabilir.
- **Teknik patika:** Daha zor veya belirgin olmayan bölümlerde işaretler daha sık yerleştirilir — yaklaşık her 25 metrede bir.
- **Kavşaklar & dönüşler:** Keskin virajlarda veya kavşaklarda, netlik için işaretler gruplar halinde yerleştirilir; genellikle dönüşten önce üç ve dönüşten sonra üç işaret. Bunlara ekstra yönlendirme için yön oku da eşlik edebilir.
- **X şeklindeki bir işaret YANLIŞ YÖNÜ** gösterir.



Parkur işaretleri, yüksek kontrastlı turuncu ve beyaz kumaştan yapılmıştır, bu da onları farklı arazilerde kolayca fark edilebilir hale getirir. Ayrıca yansıtıcı malzeme içerirler, böylece gece de görünür kalır ve kafa lambasının ışığını geri yansıtırlar.

Kaçkar Dağları'nın doğal çevresini korumak için patikalarda boya veya kalıcı işaretleme kullanmıyoruz. İşaretlemede kullanılan tüm malzemeler geçicidir ve etkinlik sonrasında kaldırılmaktadır.

ÖNEMLİ: Eğer ileride hiç parkur işareti göremezseniz ya da uzun bir mesafe boyunca işaret görmediyseniz, derhal durun ve telefonunuzu veya saatinizi kontrol edin. Bu, bir kavşağı ya da dönüşü kaçırdığınız anlamına gelebilir. Parkurda kalmanıza yardımcı olmak için, etkinlikten önce Kaçkar by UTMB web sitesinden yarışınıza ait resmî GPX dosyasını indirmenizi önemle tavsiye ederiz. Bu dosya, parkur işaretlemelerine ek olarak yedek olarak kullanılabilir. Lütfen unutmayın: final GPX dosyaları yarış gününden bir hafta önce etkinlik web sitesinde yayımlanacaktır. En güncel sürümün cihazınıza kaydedilmiş olduğundan emin olun.



YARIŞTAN ÇEKİLME

Yarış sırasında sakatlanır veya devam edemezseniz, en yakın yardım istasyonuna gitmeniz gerekir. Bu, önünüzdeki veya az önce geçtiğiniz nokta olabilir.

Güvenlik nedeniyle, katılımcılar yalnızca resmî bir yardım istasyonunda yarıştan çekilebilir. Bu, ekibimizin yarıştan ayrılan kişileri tam olarak bilmesini sağlar. Tek istisna, ciddi bir yaralanma durumudur; bu durumda Sağlık Ekibi tahliye düzenleyebilir.

Yarıştan çekildiğinizde:

- Göğüs numaranızdaki barkod alınacaktır.
- GPS takip cihazınız (KAÇKAR 100K ve KAÇKAR 50K katılımcıları için) teslim alınacaktır.
- Yardım istasyonu olanaklarından yararlanmaya devam edebilirsiniz.
- Göğüs numaranız görünür kalmalıdır, çünkü bu size sağlık hizmetlerine ve Ayder'e geri dönüş için resmî ulaşım erişim sağlar.

Yarıştan çekilen koşucular, Ulaşım Ekibi gönüllülerimiz tarafından Ayder'deki yarış finişine taşınacaktır. Talebe bağlı olarak bunun birkaç saat sürebileceğini lütfen unutmayın.

Güvenlik nedeniyle, yarıştan çekildikten sonra parkura devam etmenize izin verilmez.

YARIŞ KURALLARI VE BİLGİLERİ



ZORUNLU EKİPMAN

Güvenliği ve sorunsuz işleyişi sağlamak için, tüm katılımcıların yarış boyunca tam zorunlu ekipmanı taşıması gerekmektedir, bazı malzemeleri kullanmayı planlamasalar bile.

Ekipman Kontrolleri:

- Kayıt sırasında tam kontrol yapılacaktır.
- Yarış sırasında da rastgele kontroller gerçekleştirilebilir.
- Eksik malzemeler diskalifiye dâhil cezalara yol açabilir.

Ekipman Gerekliklikleri:

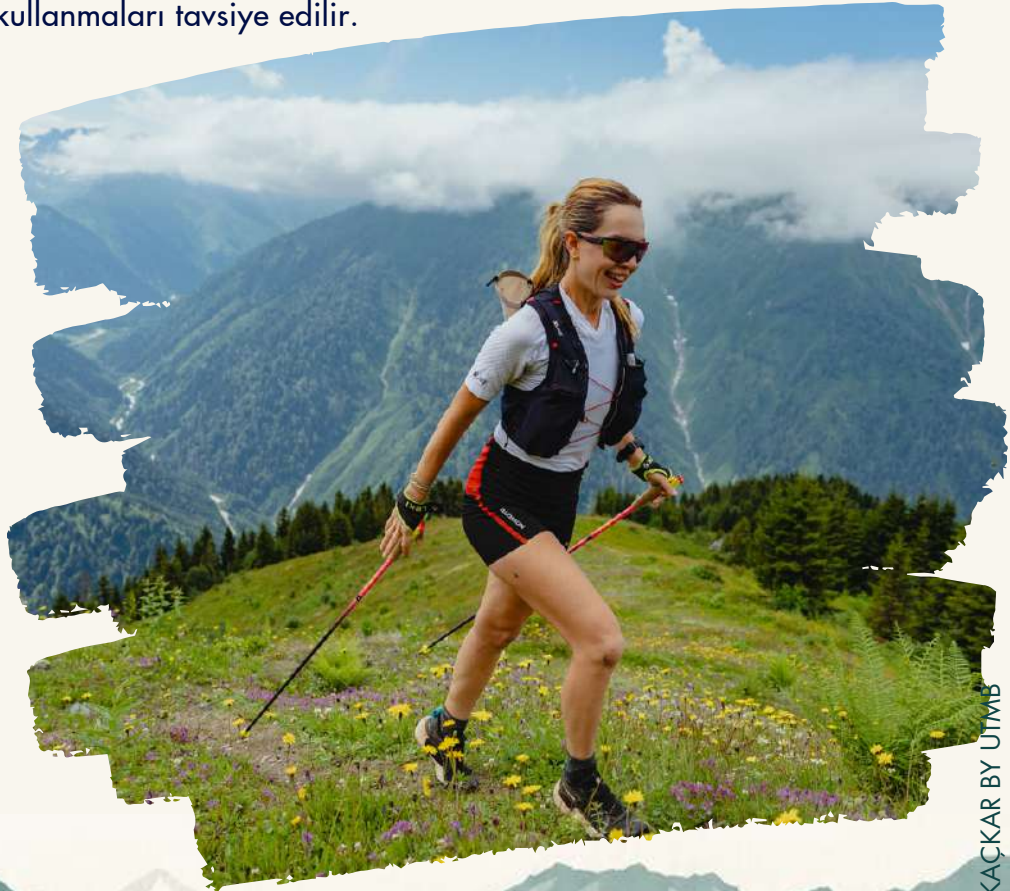
- Tüm kıyafetler doğru bedende olmalı ve orijinal fabrika koşullarından değiştirilmemiş olmalıdır.
- Zorunlu ekipman bir çanta içinde taşınmalı ve bu çanta, göğüs numaraları verilirken kayıt sırasında etiketlenmelidir.
- Çanta etiketleri yarış sırasında değiştirilemez.

Elektronik Cihazlar:

- Etkinliğin süresi göz önüne alındığında, koşucular gerekli elektronik cihazlar için yeterli pil ömrü planlamalıdır.
- Bu, şarj edilebilir ekipman kullanmayı, yedek pil taşımayı veya taşınabilir şarj çözümleri bulundurmaya içerebilir.
- KAÇKAR 100K koşucularının, cihazlarını yarış sırasında şarj etmek için drop bag hizmetini kullanmaları tavsiye edilir.

Kulaklıkla müzik dinlemek güvenliği tehlikeye atmadığı sürece serbesttir. Ancak yollara yaklaşırken veya geçerken, kontrol noktalarına girerken ya da çıkarken ve Dağ Güvenlik Ekibi ile etkileşime girerken kulaklıklar çıkarılmalıdır.

Yarış sırasında baton kullanmaya karar vererseniz, onları başlangıçtan finişe kadar taşımanız gerekir. Yarışa batonsuz başlayıp parkur boyunca daha sonra almak yasaktır; ayrıca batonların drop bag içine konulmasına da izin verilmez.



KAÇKAR BY UTMB

SVR

LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

SUN SECURE

ULTRA PROTECTION
ULTRA TRAIL*



*Valid for high-protection products from the Sun Secure range.

RUN AND BE CLEAN!

When you push your body to its limits, you have to take care of it. Good hygiene is vital.

Lesseau soaps are crafted from natural ingredients, eco-friendly and keeps your skin fresh and revitalized.

Find us at your next
UTMB World Series event

UTMB®
WORLD SERIES

LESSEAU®
next level hygiene

OFFICIAL SUPPLIER



LIVETRAIL UYGULAMASI

Yarış boyunca her zaman tam şarjlı ve çalışır durumda bir cep telefonu taşımanız zorunludur.

Telefonunuz açık kalmalıdır.

Hiçbir koşulda uçak moduna alınmamalıdır, çünkü organizatörler etkinlikten önce, sırasında veya sonrasında sizinle iletişime geçmek zorunda kalabilir.

Lütfen kayıt sırasında verdiğiniz acil durum iletişim numarasının doğru olduğundan ve bir tıbbi olay durumunda bilgilendirilmesini istediğiniz kişiye ait olduğundan emin olun.

Kaçkar 100K koşucuları için, telefonunuzun yarış boyunca açık kalmasını sağlamak amacıyla ek bir harici batarya taşımanızı önemle tavsiye ederiz.

Tüm Kaçkar 50K ve 100K katılımcıları ayrıca bir OWAKA GPS takip cihazı taşıyacaktır; bu cihaz konumunuzu canlı olarak ileterek güvenliğinizi artırır ve acil bir durumda organizatörlerin sizi bulmasını sağlar.

Buna ek olarak, LiveTrail uygulaması canlı yarış bilgileri sağlar, ilerlemenizi takip etmenize imkân tanır ve acil durum SOS fonksiyonunu içerir. Bu SOS özelliği, GPS konumunuzu doğrudan Komuta Merkezi'ne iletebilir.

Ancak, zor bir durumda kalırsanız, durumunuzu net bir şekilde açıklamak için yine de Komuta Merkezi'ni aramanız gerekir.



Yarıştan önce LiveTrail uygulamasını indirmek için QR kodu tarayın



KOMUTA MERKEZİ ACİL DURUM NUMARASI

+90 537 271 07 36
+90 537 271 07 17

ACİL DURUM NUMARASI 112

Yarışınız başlamadan önce, bu acil durum numaralarını cep telefonunuza eklemeyi unutmayın.

YABAN HAYATI



BEKLENMEDİK KARŞILAŞMALAR

Keçiler, kuşlar veya çok nadir de olsa ayılar gibi hayvanlar görebilirsiniz. Karşılaşma ihtimali çok düşük olsa da, koşucuların çevrelerinin farkında olmalarını ve parkur boyunca yiyecek veya atık bırakmamalarını tavsiye ederiz. Ayılar doğaları gereği utangaçtır ve genellikle insanlardan kaçarak — sizi duyduklarında yaklaşmazlar. Koşarken biraz ses çıkarmak, onların mesafelerini korumalarını sağlamaya yardımcı olur.

Kaçkar Dağları'nda koşmanın eşsiz cazibelerinden biri, bu manzarayı yerel yaban hayatıyla paylaşmaktır.

Bir **ayıyla** karşılaşırsanız:

- Sakin olun – koşmayın ve ani hareketler yapmayın.
- Sakin bir sesle konuşun.
- Yaklaşmayın.
- Yavaşça geri çekilin.
- Asla beslemeyin veya kışkırtmayın.





KAÇKAR 100K

100K M

RUNNING STONE
3
UTMB

CCC TOP 3
DIRECT ENTRY

ANA BİLGİLER

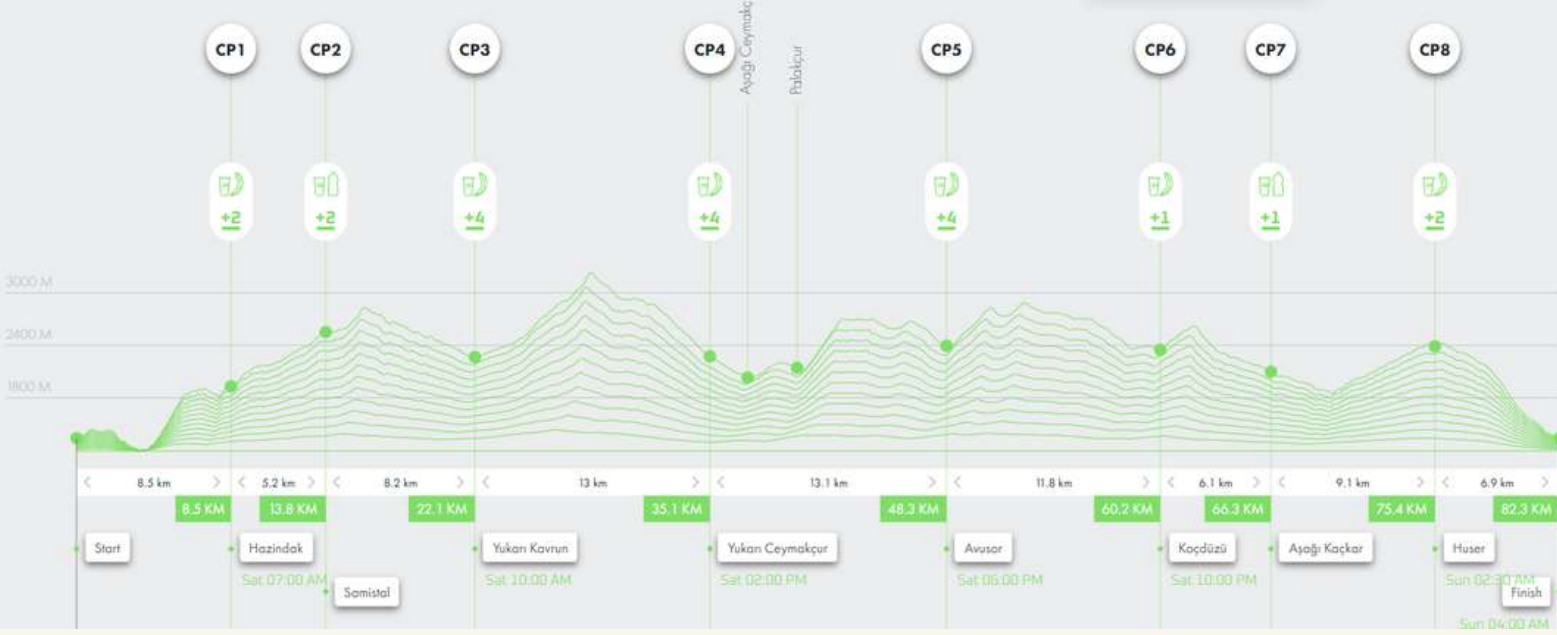
MESAFE
82 KM

İRTİFA KAZANIMI
5600+ M

BAŞLANGIÇ GÜNÜ
CUMARTESİ,
EYLÜL 12

YARIŞ BAŞLANGICI
AYDER , 04:00

MAKSİMUM İZİN
VERİLEN SÜRE:
24 HOURS



KAÇKAR 100K HAKKINDA

Şiddetli hava koşullarında, parkurda değişiklikler yapılabilir.

Yüksek sırtlar, derin vadiler, dağların üzerinden hızla geçen bulutlar ve rüzgârın keskin sesi — Kaçkar 100K'yı tanımlayan manzara tam olarak budur.

82 km mesafe ve 5.600 m irtifa kazanımıyla parkur, sizi Kaçkar Dağları'nın vahşi kalbinin derinliklerine götürür. Starttan finişe kadar dik tırmanışlar, teknik patikalar, kayalık zeminler, dere geçişleri ve vadinin konforundan uzakta geçen uzun bölümler sizi bekliyor.

Yol boyunca 12 dağ köyünden geçecek, sık ormanların altında koşacak ve manzaranın tüm ihtişamıyla önünüze açıldığı yüksek, açık sırtlara tırmanacaksınız.

Bu sıradan bir 100K değil. Zorlu arazi, yüksek irtifa kazanımı ve parkurun uzaklığı her kilometreyi ciddi bir mücadeleye dönüştürüyor; yalnızca fiziksel dayanıklılık değil, aynı zamanda odaklanma, sabır ve mental güç de gerektiriyor.



KAÇKAR BY UTMB

İHTİYAÇ İSTASYONLARI & KONTROL NOKTALARI (CP'ler)

Nokta	Rakım (M)	Mesafe (km)	Yüks. kazancı (M)	Yüks. kaybı (M)	Süre bitimi
Ayder	1337	0.0	0	0	—
Hazindak	1940	8.5	1050	454	Cts 07:00
Samistal	2549	13.7	1693	481	—
Yukarı Kavrın	2261	22.7	1966	1041	Cts 10:00
Yukarı Ceymakçur	2275	35.7	2973	2036	Cts 14:00
Aşağı Ceymakçur	2036	37.8	2973	2275	—
Palakçur	2136	40.5	3188	2385	—
Avusor	2386	48.8	3900	2849	Cts 18:00
Koçdüzü	2349	60.6	4543	3532	Cts 22:00
Aşağı Kaçkar	2099	66.7	4835	4073	—
Huser	2408	75.7	5458	4386	Pzr 02:30
Ayder (Finish)	1337	82.6	5489	5487	Pzr 04:00



ZORUNLU EKİPMAN

Kıyafet:



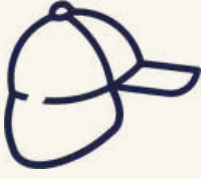
Tabanı lastikli patika
koşu ayakkabısı



Zorunlu ekipmanlar
için koşu sırt çantası



Kafa feneri ve yedek
piller (1)



Şapka, bandana
veya buff



Kapüşonlu su geçirmez
ceket



Sıcak ikinci katman
(polar, kaz tüyü veya
yalıtlı ceket)



Uzun pantolon **veya** yarış
taytı **ya da** bacakları
tamamen örtecek şekilde
tayt ve çorap
kombinasyonu.



Gözlük



Soğuk ve su geçirmez
eldiven *veya normal
pamuk eldiven + üzerine
su geçirmezlik için
cerrahi eldiven



Patika Koşusu
Kramponları*

*Dağ koşullarına bağlı olarak
zorunlu ekipman listesinden
çıkarılabilir; ancak her durumda
ekipman kontrolünde
gösterilmelidir.

ZORUNLU EKİPMAN

Ekipman:



Sağlık Raporu veya
Sporcu Lisansı



Kimlik -
Pasaport /
Kimlik Kartı



GPS Tracker
(Kayıt ücretine
dahil olan
malzeme)



Sıvı taşıma
kapasitesi 1.5L



Uluslararası dolaşıma sahip
ve LiveTrail uygulaması
indirilmiş akıllı telefon



İçecek için tekrar
kullanılabilir bardak
(en az 150 ml)



Tekrar kullanılabilir tabak
veya kase ve çatal bıçak
takımı (Bring Your Own
Utensils (BYOU) policy)

Acil Durum:



Acil durum
battaniyesi
(min 1,4m x 2m)



Düdük



Elastik Bant ve
Bandaj
(min 100x6cm)



Yiyecek
Rezervi
(800 kcal)

ZORUNLU EKİPMANLAR

Kaçkar Dağları, patika koşusu için nefes kesici ancak zorlu bir ortam sunar.

Bununla birlikte, burada dağ havası bazen saatler içinde hızla değişebilir. Koşucular, sıcak güneşten yoğun yağmura, kuvvetli rüzgârdan soğuk ve sisli koşullara aniden geçişlerle karşılaşabilir.

Kaçkar 100K'da, Ayder Yaylası'ndan (1.250 m) başlayarak 3.200 m'nin üzerine çıkacak ve toplamda 5.400 m irtifa kazanımı elde edeceksiniz.

Unutmayın: Her 1.000 m tırmandığınızda sıcaklık yaklaşık 6,5°C düşer. Bu da parkurun yüksek bölümlerinin, özellikle sabah erken saatlerde veya gün batımından sonra, çok daha soğuk olabileceği anlamına gelir.

Buna öngörülemeyen yağmur ve sert rüzgârlar da eklendiğinde, gerçek bir yüksek irtifa sınavıyla karşı karşıya kalırsınız.

Bir olaya karışırsanız, sakatlanırsanız veya yardım beklemek zorunda kalırsanız, kıyafetleriniz ve ekipmanınız sizi birkaç saat boyunca potansiyel olarak sert koşullarda güvende tutabilmelidir.

Yarışınız boyunca zorunlu ekipmanı her zaman yanınızda taşımak çok önemlidir. Kitiniz, tüm dağ hava koşullarına ve yarışınızın tam süresine (daha uzun yarışlar için dağda bir gece geçirme olasılığı dâhil) uygun olmalıdır.

Kitinizin sizin için işe yaradığından emin olmak için yarış gününden önce farklı hava koşullarında test etmenizi önemle tavsiye ederiz.

Zorunlu ekipmanınız, göğüs numaranızı almadan önce kontrol edilecektir. Eksik herhangi bir malzeme varsa, yarışa başlamanıza izin verilmeyecektir.

Tavsiye Edilen:

- Sentetik yalıtımlı orta katman veya yelek
- Yedek sıcak tutan kıyafet
- Su geçirmez çanta
- Kişisel ilk yardım çantası – en azından su toplaması için bantlar, temizleme mendilleri, pansumanlar, parasetamol ve kişisel ilaçlar içermelidir.
- Batonlar
- GPS saat
- Uzun süreli hareket sırasında cilt koruması için sürtünme önleyici krem veya Vazelin
- Güvenlik makası
- Kıyafet veya ekipmanı hızlı onarmak için küçük dikiş seti
- Acil durumlar için yerel para birimi
- Tam kıyafet değişimi

MİSAFİRPERVERLİKLE BULUŞUN

Güler yüzlü kabin ekibimiz
her an hizmetinizde.



TURKISH AIRLINES

MESAFE	İRTİFA KAZANIMI	BAŞLANGIÇ GÜNÜ	YARIŞ BAŞLANGICI	MAKSİMUM İZİN VERİLEN SÜRE:
44 KM	3000 M	CUMARTESİ, 12 EYLÜL	AYDER, 08:00	12 SAAT 30 DK



İHTİYAÇ İSTASYONLARI & KONTROL NOKTALARI (CP'ler)

Nokta	Rakım (M)	Mesafe (km)	Yüks. kazancı (M)	Yüks. kaybı (M)	Süre bitimi
Ayder	1337	0.0	0	0	Cts 08:45
Hazindak	1940	8.5	1069	473	Cts 11:30
Samistal	2556	14	1721	509	—
Yukarı Kavrın	2256	22.7	2002	1083	Cts 15:00
Yukarı Ceymakçur	2275	30.5	2684	1745	Cts 17:30
Aşağı Ceymakçur	2035	32.5	2684	1985	—
Palakçur	2138	35.3	2917	2116	—
Galer	1671	40	2917	2583	—
Ayder (Finish)	1337	44.8	3007	3009	Cts 21:00

HARİTA



FAZLASI İÇİN OKUTUN



ZORUNLU EKİPMAN

Kıyafet:



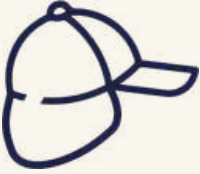
Tabanı lastikli patika
koşu ayakkabısı



Zorunlu ekipman için
koşu/sırt çantası



1 Tam işlevli kafa
feneri ve yedek piller



Şapka, bandana veya buff



Kapüşonlu su geçirmez
ceket



Sıcak ikinci katman
(polar, kaz tüyü veya
yalıtlı ceket)



Uzun pantolon veya yarış
taytı ya da bacakları
tamamen örtecek şekilde
tayt ve çorap
kombinasyonu.



Gözlük



Soğuk ve su geçirmez
eldiven *veya normal
pamuk eldiven + üzerine
su geçirmezlik için
cerrahi eldiven

ZORUNLU EKİPMAN

Ekipman:



Sağlık Raporu veya
Sporcu Lisansı



Kimlik -
Pasaport /
Kimlik Kartı



GPS Tracker
(Kayıt ücretine
dahil olan
malzeme)



Sıvı taşıma
kapasitesi 1L



Uluslararası dolaşıma
sahip ve LiveTrail
uygulaması indirilmiş
akıllı telefon



İçecek için tekrar
kullanılabilir bardak
(en az 150 ml)



Tekrar kullanılabilir tabak
veya kase ve çatal bıçak
takımı (Bring Your Own
Utensils (BYOU) policy)

Acil Durum:



Acil durum
battaniyesi
(min 1,4m x 2m)



Düdük



Elastik Bant ve
Bandaj
(min 100x6cm)



Yiyecek
Rezervi
(800 kcal)

ZORUNLU EKİPMAN

Kaçkar Dağları, patika koşusu için nefes kesici ama zorlu bir ortam sunar.

Ancak burada dağ havası bazen saatler içinde hızla değişebilir. Koşucular, sıcak güneşten yoğun yağmura, kuvvetli rüzgârdan soğuk ve sisli koşullara aniden geçişlerle karşılaşabilir.

Kaçkar 50K'da, Ayder Yaylası'ndan (1.250 m) başlayarak 3.000 m'nin üzerine çıkacak ve toplamda 3.000 m irtifa kazanacaksınız.

Unutmayın: Her 1.000 m tırmandığınızda sıcaklık yaklaşık 6,5°C düşer. Bu da parkurun yüksek bölümlerinin, özellikle sabah erken saatlerde veya gün batımından sonra, çok daha soğuk olabileceği anlamına gelir.

Buna öngörülemeyen yağmur ve sert rüzgârlar da eklendiğinde, gerçek bir yüksek irtifa sınavıyla karşı karşıya kalırsınız.

Bir olaya karışırsanız, sakatlanırsanız veya yardım beklemek zorunda kalırsanız, kıyafetleriniz ve ekipmanınız sizi birkaç saat boyunca potansiyel olarak sert koşullarda güvende tutabilmelidir. Yarışınız boyunca zorunlu ekipmanı her zaman yanınızda taşımak çok önemlidir. Kitiniz, tüm dağ hava koşullarına ve etkinliğinizin tam süresine (daha uzun yarışlar için dağda bir gece geçirme olasılığı dâhil) uygun olmalıdır.

Kitinizin sizin için işe yaradığından emin olmak için yarış gününden önce farklı hava koşullarında test etmenizi önemle tavsiye ederiz.

Zorunlu ekipmanınız, göğüs numaranızı almadan önce kontrol edilecektir. Eksik herhangi bir malzeme varsa, yarışa başlamanıza izin verilmeyecektir.

Tavsiye Edilen:

- Sentetik yalıtımlı orta katman veya yelek
- Yedek sıcak tutan kıyafet
- Su geçirmez çanta
- Kişisel ilk yardım çantası – en azından su toplaması için bantlar, temizleme mendilleri, pansumanlar, parasetamol ve kişisel ilaçlar içermelidir.
- Batonlar
- GPS saat
- Uzun süreli hareket sırasında cilt koruması için sürtünme önleyici krem veya Vazelin
- Güvenlik makası
- Kıyafet veya ekipmanı hızlı onarmak için küçük dikiş seti
- Acil durumlar için yerel para birimi
- Tam kıyafet değişimi
- Parkurda kar olması durumunda ayakkabı çivileri ve kramponlar.

Sürdürülebilir

Bir Gelecek

Migros'la

İyi Gelecek

Bilime Dayalı Hedefler kapsamında 2030 sonuna kadar doğrudan emisyonlarımızı %42 azaltarak 2050'de karbon net sıfır olmayı hedefliyoruz.



MİGROS | **M** 

BIST Sürdürülebilirlik 25 Endeksi, FTSE4Good Gelişmekte olan Piyasalar Endeksi, S&P Global Sustainability Yearbook'ta yer alıyoruz. CDP İklim Değişikliği ve CDP Su Güvenliği Global Liderleri arasındayız. TIME Dergisi'nin Dünyanın En Sürdürülebilir Şirketleri 2026 listesinde yer alıyoruz.

Teknoloji, Güvenlik ve Konforun Fazlası Togg T10X



 **Togg**

KAÇKAR 20K

20K M



ANA BİLGİLER

MESAFE
20 KM

İRTİFA KAZANIMI
1400 M

BAŞLANGIÇ GÜNÜ
CUMARTESİ, 12 EYLÜL

YARIŞ BAŞLANGICI
AYDER, 10:00

MAKSİMUM İZİN
VERİLEN SÜRE:
6 SAAT

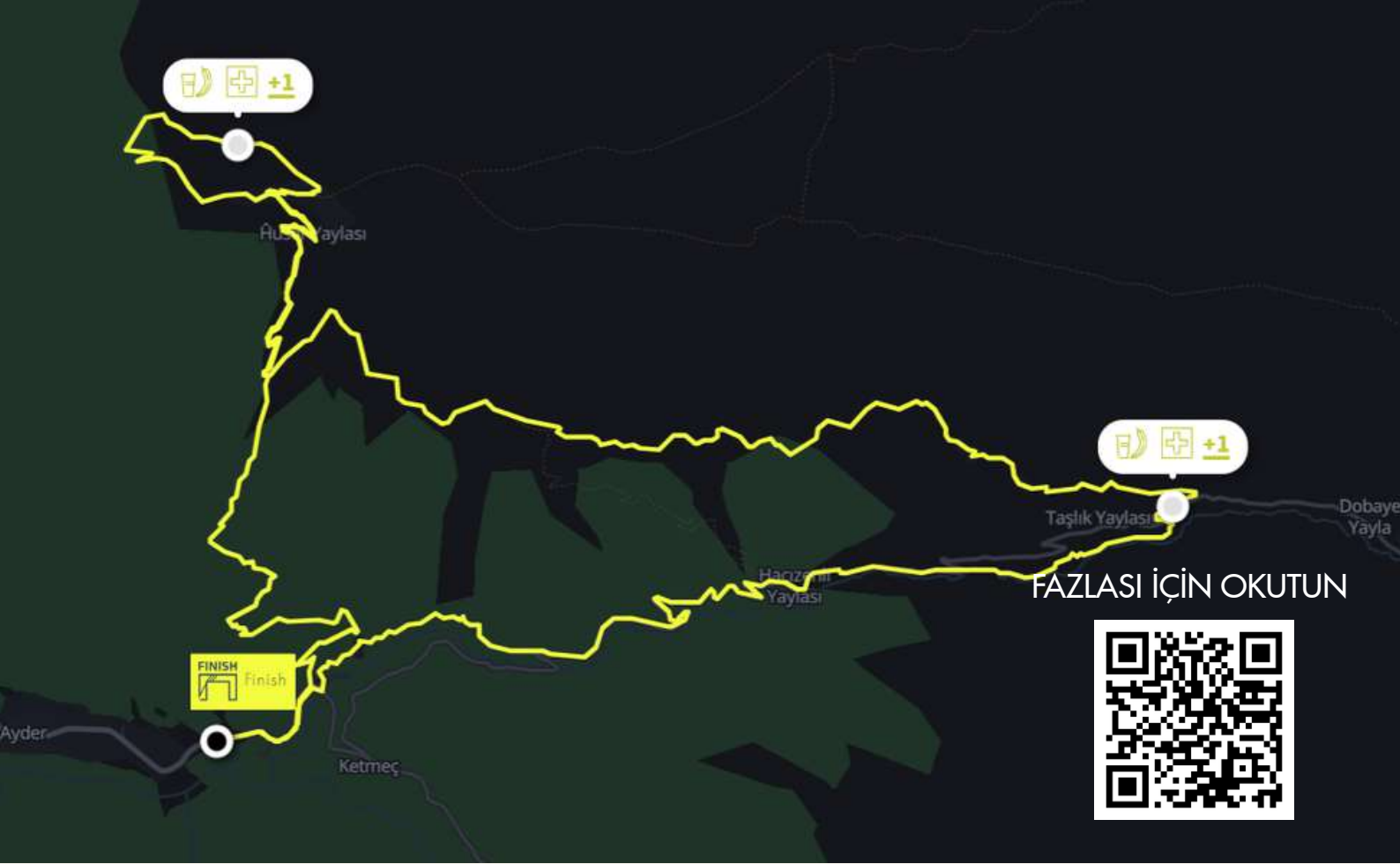


İHTİYAÇ İSTASYONLARI & KONTROL NOKTALARI (CP'ler)

Nokta	Rakım (M)	Mesafe (km)	Yüks. kazancı (M)	Yüks. kaybı (M)	Süre bitimi
Ayder	1336	0	0	0	Cts 10:45
Huser	2392	6.5	1079	23	Cts 13:30
Peryatak	2080	14.6	1280	529	—
Ayder	1336	20.8	1280	1272	Cts 16:30



HARİTA



FAZLASI İÇİN OKUTUN



KAÇKAR 20K HAKKINDA

Şiddetli hava koşullarında, parkurda değişiklikler yapılabilir.

Saat 10:00 ve 10:30'da Ayder Yaylası'ndan başlayan bu parkur, sizi Kaçkar Dağları'nın kalbine götürür.

20 kilometre boyunca orman yollarından alpin çayirlara ve kayalık patikalara uzanan farklı zeminlerle karşılaşacaksınız. Tırmanışlar ise her manzaranın hakkını vermenizi sağlayacak kadar zorlu.

Parkur daha kısa olabilir, ancak yüksek irtifa, değişken hava koşulları ve teknik bölümler yine de dikkat ve hazırlık gerektirir.

Serin dağ havası, canlı yayla manzaraları ve Ayder'de finish çizgisini geçmenin heyecanı ile Kaçkar 20K, yüksek dağlarda trail running deneyiminin unutulmaz bir tadını sunar.



ZORUNLU EKİPMAN

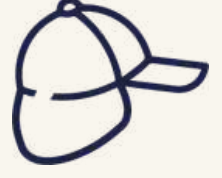
Kıyafet:



Tabanı lastikli patika
koşu ayakkabısı



Zorunlu ekipman için
koşu/sırt çantası



Şapka, bandana
veya buff

Ekipman:



Sağlık Raporu veya
Sporcu Lisansı



Kimlik - Pasaport /
Kimlik Kartı



Sıvı taşıma
kapasitesi 0.5L



Uluslararası dolaşıma sahip
ve LiveTrail uygulaması
indirilmiş akıllı telefon



İçecek için tekrar
kullanılabilir bardak
(en az 150 ml)



Tekrar kullanılabilir tabak
veya kase ve çatal bıçak
takımı (Bring Your Own
Utensils (BYOU) policy)

Acil Durum:



Acil durum battaniyesi
(min 1,4m x 2m)



Düdük

ZORUNLU EKİPMAN

Buradaki dağ havası bazen saatler içinde hızla değişebilir. Koşucular, sıcak güneşten yoğun yağmura, kuvvetli rüzgârdan soğuk ve sisli koşullara aniden geçişlerle karşılaşabilir.

Kitinizin sizin için uygun olduğundan emin olmak için yarış gününden önce farklı hava koşullarında test etmenizi önemle tavsiye ederiz.

Zorunlu ekipmanınız, göğüs numaranızı almadan önce kontrol edilecektir. Eksik herhangi bir malzeme varsa, yarışa başlamanıza izin verilmeyecektir.

Tavsiye Edilen:

- Su geçirmez çanta
- Kapüşonlu su geçirmez ceket
- Sıcak tutan ikinci katman
- Sıcak ve su geçirmez eldivenler
- Elastik bant ve bandaj
- Kişisel ilk yardım çantası – en azından su toplaması için bantlar, temizleme mendilleri, pansumanlar, parasetamol ve kişisel ilaçlar içermelidir.
- Batonlar
- GPS saat
- Güvenlik makası
- Acil durumlar için yerel para birimi
- Tam kıyafet değişimi
- Parkurda kar olması durumunda ayakkabı çivileri ve kramponlar.



YerumOni

Karadeniz'in köklü kültürünü,
kendine özgü ruhunu ve değerlerini
modern bir anlayışla geleceğe taşıyor.
Bu topraklardan, bu kültürden.

KARADENİZ'in
KÜLTÜR
MARKASI



Merkez Mah. Atatürk Cad.
146/A Ardeşen / RİZE
www.yerumoni.com
@yerumoni

OSHVI
DRINK

Lazberry



GELENEKSEL DEMLEME,
MODERN LEZZET

wup
IT BACK

NUTRITION PARTNER



3 TİP 26 GR
KARBONHİDRAT
HIZLI & UZUN ENERJİ



3 TİP 26 GR
KARBONHİDRAT
640 MG
ELEKTROLİT

Sporcu besini sponsorluğu kapsamında tüm istasyonlarda
WUP CARB3+ Elektrolit İçecek desteği ve ek olarak
Yukarı Kavrun-Avusor-Koçdüzü istasyonlarında ise
WUP NEO3 Enerji Jeli desteği sağlanacaktır.



AYDER 4K

ANA BİLGİLER

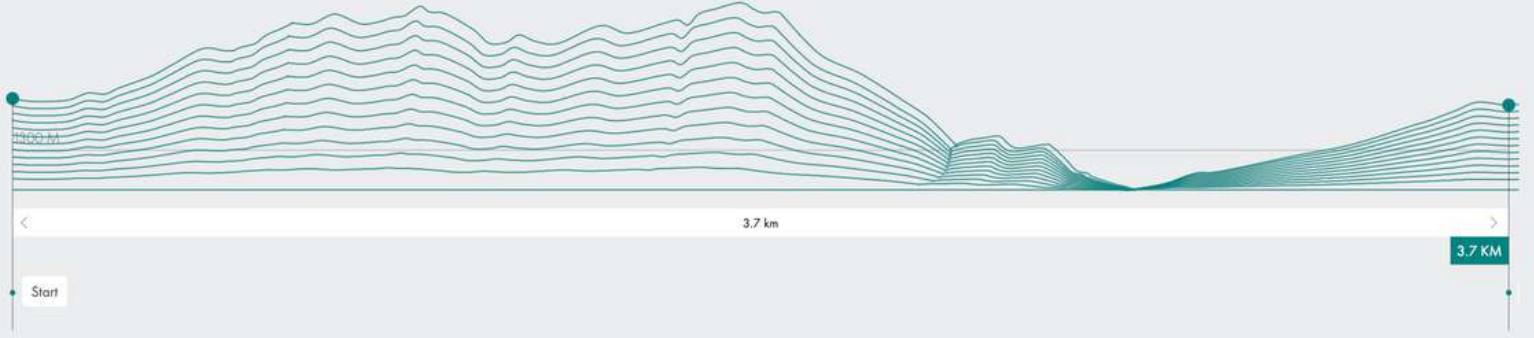
MESAFE
4 KM

İRTİFA KAZANIMI
230 M

BAŞLANGIÇ GÜNÜ
CUMARTESİ, 12 EYLÜL

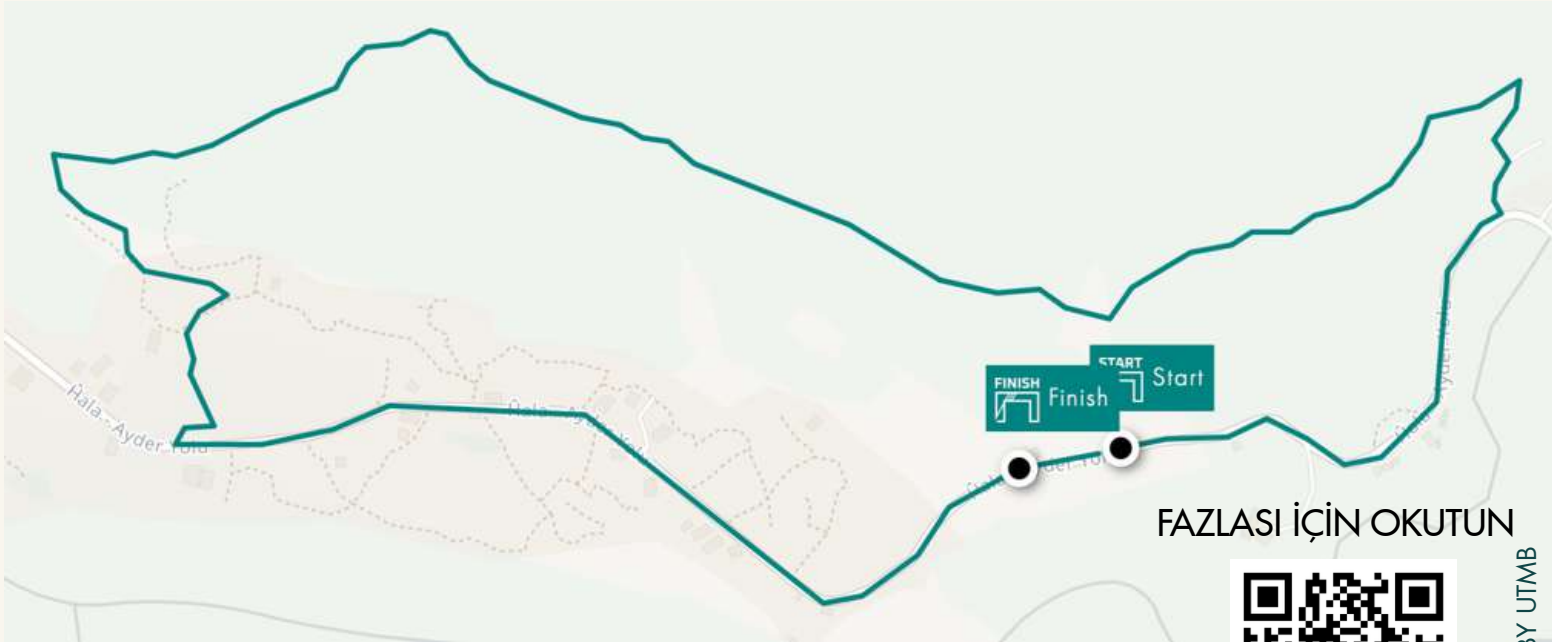
YARIŞ BAŞLANGICI
AYDER , 11:00

MAKSİMUM İZİN
VERİLEN SÜRE:
1 SAAT 15 DAKİKA



Nokta	Rakım (M)	Mesafe (km)	Yüks. kazancı (M)	Yüks. kaybı (M)	Süre bitimi
Ayder - Start	1336	0	0	0	—
Ayder - Finish	1349	3.7	285	293	Sat 12:15 PM

MAP



KACKAR BY UTMB

AYDER 4K

AYDER 4K HAKKINDA

Şiddetli hava koşullarında, parkurda değişiklikler yapılabilir.

Kaçkar by UTMB deneyimine ilk adımınız.

Saat 11:00'de başlayan Ayder 4K, yaklaşık 4 km mesafe ve 230 m irtifa kazanımıyla Kaçkar Dağları'nda trail running dünyasına kısa ama gerçek bir giriş sunar.

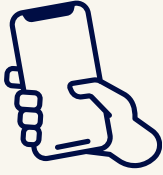
Parkur, KAÇKAR 100K ve KAÇKAR 50K'nın ilk döngüsünü takip eder; koşucuları Ayder'den orman patikalarına, dar single track bölümlerine ve doğal taş yollara taşır, ardından yeşil alan ve World Pass'ten geçirir.

İlk kez trail running deneyimi yaşayacaklar ve Kaçkar by UTMB atmosferini hissetmek isteyen herkes için tasarlanan bu yarışta odak mesafeden çok, patikaları keşfetmektir.

4 km. Gerçek patikalar. Kaçkar yolculuğunuz burada başlıyor.



ZORUNLU EKİPMAN



Cep telefonu (yeterli şarjı olmalı ve acil durum iletişim numaraları kayıtlı olmalıdır)



Göğüs numarası (yarış boyunca her zaman görünür şekilde takılmalıdır)



Pasaport / Kimlik kartı

Tavsiye Edilen:



Hafif, uzun kollu üst



En az 500 ml su



Acil durum battaniyesi (min 1,4m x 2m)



Düdük



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇEVRE, ŞEHİRCİLİK VE
İKLİM DEĞİŞİKLİĞİ BAKANLIĞI



COP31
TÜRKİYE
ANTALYA

Küresel İklim Zirvesi Türkiye'de!

9-20 Kasım 2026 | Antalya, Türkiye



turkiyecop31



SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK

Doğada koş. Ardında daha az iz bırak.

Kaçkar Dağları etkinliğimizin kalbinde yer alıyor. Koştuğumuz bu eşsiz doğayı korumak, yarattığımız etkiyi anlamak ve onu azaltmak için somut adımlar atmakla başlıyor.



ETKİMİZİ ÖLÇÜYORUZ



KARBON AYAK İZİ

COP31 kapsamında gerçekleştirilecek saha çalışmaları, etkinliğin karbon ayak izinin ölçülmesine yardımcı olacak.



GERİ DÖNÜŞTÜR

Etkinlik alanında ve yardım istasyonlarında ayrıştırılmış atık ve geri dönüşüm kutuları bulunacaktır.



BİRLİKTE TEMİZLİYORUZ

COP31, yerel halk ve gönüllüler, yarış parkurunun ve Ayder Köyü'nün belirli bölümlerinin temizlenmesine destek olacaktır.



İKLİM İÇİN KOŞUYORUZ

Ayder 4K, "İklim İçin Koşuyoruz — Run for Climate" mesajını taşıyor.



ELEKTRİKLİ ULAŞIM

TOGG elektrikli araçlar, Ayder içerisindeki etkinlik ulaşımına ve belirlenen transferlere destek sağlayacaktır.

DAĞLARA SAYGI DUYUN



Her hareket önemlidir. Geri dönüşüm noktalarını kullanarak, parkurlara saygı göstererek ve daha temiz ulaşım seçeneklerini destekleyerek Kaçkar by UTMB'ye ev sahipliği yapan doğayı ve toplumu korumaya yardımcı olursunuz.

Dağlara saygı göster. Topluma saygı göster.
Ardında sadece ayak izlerini bırak.



RUN LIKE HER

Patika Koşusu.
Bağ Kurmak.
Özgüven.
Topluluk.

En büyük maceralar genellikle bir karşılaşmayla başlar; bir mekânla, dağlarla ve oraları keşfeden insanlarla...

Run Like Her; patika koşusunu kadınlar için daha erişilebilir kılmak ve açık hava deneyimlerini paylaşarak özgüven inşa etmek amacıyla hayata geçirilmiş bir Kaçkar by UTMB girişimidir.



İLK RUN LIKE HER KAMPI

20–25 Temmuz 2026 tarihleri arasında, farklı arka planlara sahip altı kadın, ilk Run Like Her patika kampı için Kaçkar Dağları'nda bir araya geldi.

Grup, altı gün boyunca dağ patikalarında antrenman yaptı, patika koşusu becerilerini geliştirdi; Kaçkar bölgesinin doğasını ve kültürünü keşfetti.

Ancak bu deneyim, antrenmanın çok daha ötesine geçti.



DAĞ
ANTRENMANI



BAĞ KURMA
VE DESTEK



YEREL KÜLTÜR
VE KEŞİF



UNUTULMAZ
ANILAR

Kat edilen her kilometre; öğrenmek, bağ kurmak ve birbirine destek olmak için bir fırsata dönüştü — patika koşusunun sadece performanstan ibaret olmadığını, aynı zamanda yol boyunca paylaşılan insanlar ve deneyimlerle ilgili olduğunu bir kez daha gösterdi.

RUN LIKE HER İLE TANIŞIN

RUN
LIKE
her

Expo alanındaki Run Like Her çadırına uğrayın, ekiple tanışın ve yarış haftasına biraz renk katın: **makyaj, sim ve koşucu dövmeleri** sizi bekliyor.

Cuma günü saat 13:30'da Run Like Her elçileriyle **Ana Sahne'de** Q&A buluşmasına katılın. Ardından **14:00'te Shake-Out Run** için onlara eşlik edin — yarış öncesinde birlikte hareket etmek, enerjiyi paylaşmak ve keyifli bir koşuyla güne devam etmek için.

PARTNERLER

TEŞEKKÜRLER



REPUBLIC OF TÜRKİYE
MINISTRY OF YOUTH AND SPORTS



REPUBLIC OF TÜRKİYE
MINISTRY OF CULTURE AND TOURISM

