



24. GORSKI MARATON 4 OBČIN
GM40 40+ km
+ - 3.100 v.m.



RAZPIS
PRVENSTVO SLOVENIJE KRATKI TRAIL ČLANE/CE
POKAL SLOVENIJE ČLANE/CE
Pregledna tekma za nastop na svetovnem prvenstvu Člani/ce

PODBRDO, SLOVENIJA
21. 6. 2025

PODBRDO TRAIL RUNNING FESTIVAL

Podbrdo je naselje v občini Tolmin, ki leži v zgornjem delu Baške grape. Naselje je strnjeno med pobočja Črne prsti, Porezna in Lajnarja. Prostora je v Podbrdu zelo malo, po dolini se vije vijugasta cesta, reka Bača in železnica, okrog pa Podbrdo obdaja čudovita neokrnjena narava.



Podbrdo



Bohinjski predor

Podbrdo je zibelka gorskega teka. Davnega leta 1970 se je prav v Podbrdu odvil prvi start gorskega teka na Črno prst. In tu se je leta 2002 let nazaj na noge postavila, takrat ekipa Gorskega maratona 4 občin, danes ekipa Podbrdo trail running festival-a, katero vodi predsednica Turističnega društva Podbrdo, Jerca Dakskobler.

Vse se je začelo z organizacijo Gorskega maratona 4 občin, ki povezuje 4 občine (Tolmin, Bohinj, Cerklje na Gori in Železniki) in tekačem ponuja na 42 km kar 5600 m višinskih razlik (vzponov in spustov) in je prav gotovo najtežja gorska preizkušnja v Sloveniji.

Danes pa festival tekačem ponuja kar 5 različno dolgih tekov za odrasle, Ultra Trail Pušeljci 100+km in 70+ km, Gorski maraton 4 občin 40+ km, Graparski Trail 20+ km, Rapallo Trail 10+ km in od 1 do 5km MINI GM40 (za najmlajše in mladostnike). Vse trase se tesno prepletajo z zgodovino rapalske meje, tekače na nekaterih odcepih vodijo skoraj skozi skrivnostne kasarne in bunkerje.

Poleg tekaškega dela pa obiskovalcem ponujamo tudi glasbeno - kulturne in dobrodelne prireditve skozi celoten vikend.

Ekipe in vsem prostovoljcem ne manjka dobre volje in pozitivne energije. Podbrdo je v dneh festivala prepleteno s posebno energijo, ki jo začuti vsak udeleženec - tekač ali spremljevalec.

Dobrodošli vsi,
ki si **UPATE** teči,
biti dobrodelni,
se zabavati
in
uživati v neokrnjeni naravi v Podbrdu v Baški grapi.
VABLJENI V PODBRDO, od 20.6. do 22.6. 2025
na **PODBRDO TRAIL RUNNING FESTIVAL!**

Gorski Maraton 4 Občin - GM40 40+ km:

ORGANIZATOR: Turistično društvo Podbrdo

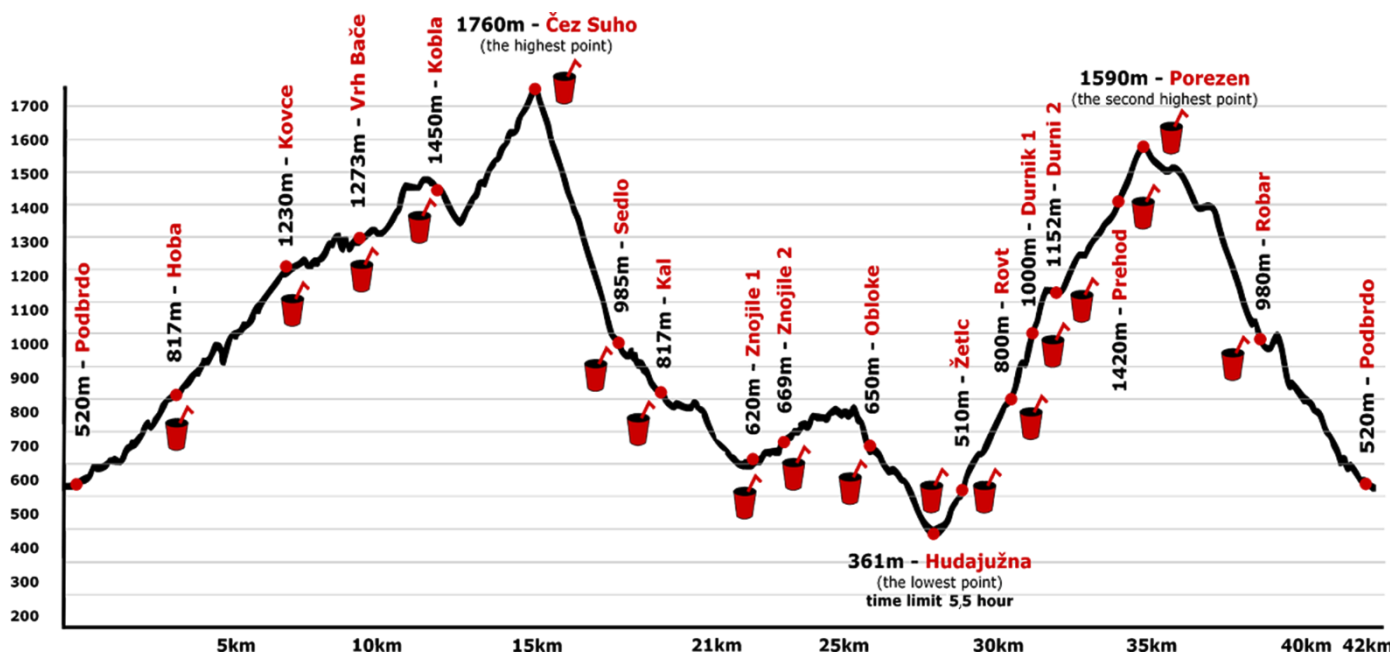
(in Turizem Dolina Soče v sodelovanju z Združenjem za gorske teke pri AZS)

DATUM: Sobota, 20.6.2025, start ob 8.00 uri

START / CILJ : Podbrdo v Baški grapi - v samem centru kraja (n.m.v. 520m)

OKREPČEVALNICE: 18 + ciljna okrepčevalnica (glej profil proge).

GM40 je zasnovan kot gorski maraton in posledično ima več okrepčevalnic, kot bi jih sicer pričakoval na trailu.



Na okrepčevalnici lahko pričakujete: Vodo, energetske napitki HIGH5 in lahka hrana. Na cilju pijača, lahka prehrana s sadjem in topli obrok

Na Podbrdo trail running festivalu si prizadevamo zmanjšati negativne vplive festivala na okolje, zato kozarčki za enkratno uporabo na okrepčevalnicah **ne bodo na voljo**. Tekače naprošamo, da imajo s seboj svoj lonček, bidon oziroma cammel bag. Ob prijavi bo možen nakup lončka za večkratno uporabo (5 evrov).

Na progi je razporejenih 18 okrepčevalnic. Tekmovalcem bodo na voljo voda, energetski napitki in lahka hrana. Na cilju čaka udeležence pijača in topli obrok.

Lokacija	Oddaljenost od starta
Hoba (P)	3,8 km
Kovce (H+P)	7,7 km
Vrh Bače (P)	8,7 km
Kobla (H+P)	11,4 km
Sedlo Suha (Črna prst) (H+P)	14 km
Kalarsko Brdo (P)	17 km
Stržišče (H+P)	19,6 km
Znojile kabina (P)	21 km
Znojile vas (H+P)	22,3 km
Obloke (P)	26 km
Hudajužna (H+P)	27 km
Žetl (P)	27,7 km
Rovt (H+P)	29 km
Durnik 1 (H+P)	30 km
Durnik 2 (H+P)	30,7 km
Prehod (P)	32,6 km
Porezen (H+P)	33,7 km
Robar (P)	37,6 km

* H=hrana, P=pijača

TIMING: Čipi za enkratno uporabo nalepljeni na zadnji strani štartne številke. **Za rezultate šteje BRUTO čas med skupnim štartom in ciljem!**

MERJENJE ČASOV: 0 km - štart pri TIC Podbrdo, 14 km Sedlo čez suho, 26,5 km - Hudajužna, 32 km - Porezen, 40,6 km - Cilj v Podbrdu.

ČASOVNI LIMIT : cilj - 9 ur. Zapora 27 km (Hudajužna) - 5,5 ure.

(po pretečenem času bodo organizatorji progo zaprli in vse udeležence, ki so na progi napotili proti cilju po najkrajši poti. Okrepčevalnice bodo zaključile z delom, redarji na kontrolnih točkah bodo zapustili svoje položaje)

PRIJAVE: preko spleta do 10.6.2025 ali 180 plačanih prijav. V primeru, da se prijave zaprejo, se za Prvenstvo Slovenije individualno prijavi preko info@ptrf.si!

ZA UDELEŽBO NA PRVENSTVU OBVEZNA PRIJAVA TUDI PREKO SISTEMA AZS do 17.6.2025 - 23.59! V sistem AZS je prijava mogoča tudi po 10.6.2025 in sicer v tem primeru se tekač mora obvezno še pred štartom registrirati na info točki, kar se obravnava kot prijava na dan prireditve!

(Prijava je potrjena, ko je plačana startnina. Omejitev 180 potrjenih prijav, prijave bodo upoštevane po vrstnem redu prejetih plačil. Lista prijavljenih s startnimi številkami bo objavljena na www.ptrf.si.)

V kolikor limit ni dosežen JE mogoča prijava na kraju tekmovanja, razen za prijavljene preko sistema AZS (ne zagotovimo goody бага in personalizirane štartne številke).

STARTNINE:

50,00€ - Prijava in plačilo do vključno 31.01.2025

60,00€ - Prijava in plačilo do vključno 15.5.2025

70,00€ - od 16.5.2025 do 10.6.2025

80,00€ - **20.6.2025 na dan prireditve** / ne zagotovimo goody бага in personalizirane štartne številke.

Za registrirane člane AZS je omogočen popust na najnižjo ceno 50€.

Za koriščenje te opcije pišite na info@ptrf.si.

Plačilo (ne pozabite navesti ime in priimek tekmovalca):

Prejemnik:	TURISTIČNO DRUŠTVO PODBRDO
Naslov:	PODBRDO 73A
Kraj:	5243 PODBRDO
Država:	SLOVENIJA - 705
Koda namena:	GDSV - Kupoprodaja blaga in storitve
Namen:	GM40 - ime in priimek tekmovalca
IBAN:	SI56-0475-3000-0320-392
BIC Banke:	KBMASI2X
Referenca:	SI 00 20062025+(zaporedna številka prijave)

STARTNINA VKLJUČUJE:

Startnina vključuje: personalizirano štatno številko, z RFID čipom, štartni darilni paket z kvalitetno tehnično majico, 18 okrepčevalnic s pijačo in lahko hrano, tuše in garderobo v cilju (pripravljene vrečke za oddajo garderobe), topel obrok in pijačo v cilju, finišer medaljo za vse, ki pritečejo v cilj, zdravniško prvo pomoč, varovanje gorskih reševalcev na progi, časovne meritve, vmesne čase in rezultate, prevoz palic v Hudajužno, prevoz tekačev, ki odstopijo v Hudajužni nazaj v cilj, zavarovanje pri Zavarovalnici Triglav, tridnevni »muskfibr« pa je gratis.

POGOJI ODPOVEDI:

V primeru odpovedi izvedbe tekomovanja zaradi višje sile (epidemije ali vremenske ujme) ponujamo dve možnosti:

- Prenos celotne startnine v naslednje leto (v naslednjem letu ni mogoče več prenašati startnine)
- Vračilo 60% prijavnine in 20% popust pri prijavi v naslednjem letu

V primeru odpovedi tekmovalca zaradi poškodbe ali okužbe (z zdravniškim potrdilom):

- Prenos startnine na drugo osebo
- Vavčer v višini plačane startnine za naslednje leto (v naslednjem letu ni mogoče več prenašati startnine)

Prenos startnine na drugega tekmovalca ali na naslednje leto zaradi drugih razlogov je mogoč le z doplačilom administrativnih stroškov 10€.

Odpoved startnine je mogoč le do začetka tekomovanja na katerega se nanaša odpoved!

V ostalih primerih se startnine zaradi zahtevne organizacije ne vrača.

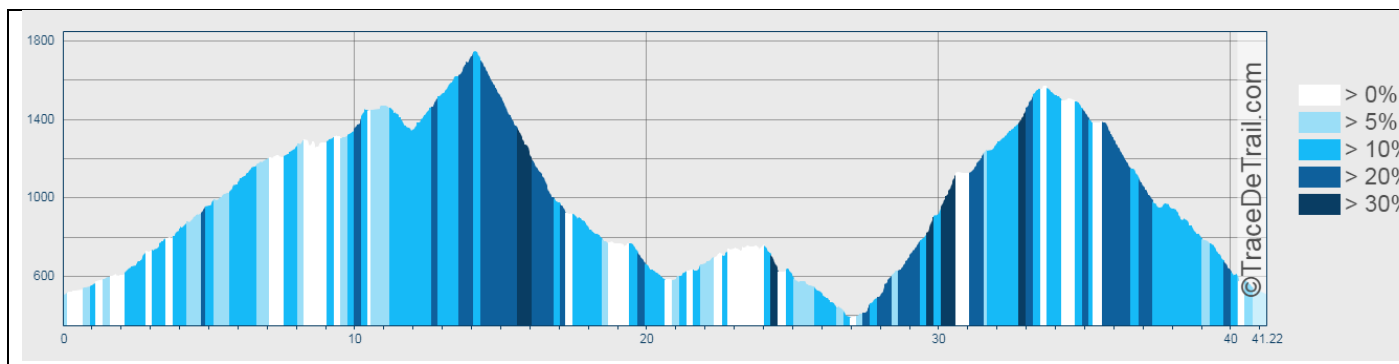
PROGA IN PROFIL: Proga poteka po ozemlju štirih občin: Bohinj, Cerklje, Tolmin in Železniki. Tekmovalce vodi po »mulatierah« in planinskih poteh po pobočjih Črne prsti in Porezna. Start je v Podbrdu (521 m n.v.) v samem centru kraja. Novi del proge poteka po stari cesti Podbrdo - Petrovo Brdo do odcepa proti domačiji Hoba, na ovinku pod hišo pa se pot nadaljuje po lepo speljani vojaški mulatjeri pod Kup, kjer je dodana še ena okrepčevalnica. Proga se v prvih treh kilometrih vzpne do Hobe in se v nadaljevanju priključi stezi na že obstoječi progi, ki pripelje do Kovc. (1230 m n.v.) Od tu se proga nadaljuje preko Vrha Bače (1270 m n.v.) do Koble (1498 m n.v.). S Koble se proga spusti na planino Kal (1362 m n.v.), od tu pa se vzpne na sedlo Čez Suho (1760 m n.v.) tik pod vrhom Črne Prsti. Čez Suho je najvišja točka maratona. Sledi najdaljši spust (950 m višinske razlike) po markirani poti preko Sedla Kalarskega Brda (985 m n.v.) v vas Kal (817 m n.v.). Naprej nas pot vodi po asfaltirani cesti v vas Stržišče. Takoj za okrepčevalnico v vasi Stržišče se čez travnike spustimo na stezo, ki nas vodi proti vasi Znojile. (pred vasjo je 1 km asfaltirane ceste). Po dobrih treh kilometrih nezahtevne poti nas proga pripelje v vas Obloke (620 m n.v.), od tu pa se spusti v Hudajužno (361 m n.v.), kjer je najnižja točka maratona. Sledi dolg in zahteven vzpon (dolžina 6,5 km, višinska razlika 1230 m) čez Žetlc, Rovt, Durnik, Robijo in Prehod do koč pod vrhom Porezna. S Porezna (1636 m n.v.) pa se po poti Slovenske planinske transverzale čez Trtniško planino mimo Robarja spustimo na cilj v Podbrdo.

Dolžina je 42,2km - merjena ročno z merilnim kolesom. Meritev s SUUNTO AMBIT 3 je 40,5 km, izračun na [Trace de Trail](#) je 40,6 km. Skupna višinska razlika vzponov in spustov je 6.200 m (vzponov 3.100 m in spustov 3.100 m)

GPX je na dosegljiv na povezavi: <https://www.ptpf.si/wp-content/uploads/gpx/uncategorized/podbrdo-trail-running-festival-2025-gm40-40-km.gpx>



Naklon:



REKORD PROGE:

[Ženski rekord](#) - 4:19:59 BRIZIO Emanuela 2012

[Moški rekord](#) - 3:44:52 RAMBALDINI Alessandro 2016

PROGRAM / URNIK GM40:

Petek:	20.6.2025, Podbrdo ("Na bazenu")
18:00 - 22:00	izdaja štartnih števil
19:00	otvoritev festivala
Sobota:	21.6.2025, Podbrdo ("Na bazenu")
5:30 - 7:30	izdaja štartnih števil, oddaja opreme
8:00	Start GM40
Od 12:00	predviden prihod zmagovalca v cilj
17:00	podelitev priznanj za GM40 40+ km

KATEGORIJE:

1. GM40 absolutno ženske / GM40 absolutno moški
2. Prvenstvo Slovenije kratki trail Člani/ce
3. Pokal Slovenije Člani/ce letnik od 2005 - 1986
4. Kategorije GM40

Kategorije Moški	Kategorije Ženske	Leto rojstva	Dopolnjena starost v koledarskem letu
Člani	Članice	2007 - 1986	18 - 39 let
Ml. veterani	Ml. veteranke	1985 - 1976	40 – 49 let
Veterani	Veteranke	1975 - 1966	50 – 59 let
St. veterani	St. veteranke	1965 - 1956	60 – 69 let
Super veterani	Super veteranke	1955 in več	70 let in več

Za regularnost kategorije morajo priti na cilj v kategoriji vsaj trije tekmovalci, da se izvede proglasitev; sicer se kategorija priključi močnejši (mlajši) kategoriji.

NAGRADE IN PRIZNANJA:

Razglasitev rezultatov in podelitev priznanj bo ob 17:00 uri na ciljnem/prireditvenem prostoru.

Prvi trije uvrščeni tekmovalci za prvenstvo Slovenije prejmejo medalje AZS Združenje za gorske in trail teke.

Prvi trije v absolutni moški in prve tri v absolutni ženski konkurenci prejmejo medalje.

OSTALO:

PREVZEM ŠTEVILK IN ODDAJA OPREME:

Startne številke bodo objavljene na www.ptrf.si. Prevzem štartnih števil bo v petek 20. 6. 2025 v Podbrdu (Na bazenu), od 18.00 do 22.00 in na dan teka 21.6.2025 v Podbrdu (Na bazenu), od 5.30 do 7.30 ure.

Opremo udeleženci oddajo v zato pripravljenih vrečkah na predvidenem prostoru do 15 minut pred startom.

Namenjeno vsem tekačem, ki želijo, da imajo ob prihodu v cilj že pripravljena oblačila za preobleči. Po začetku tekme ne izdajamo več štartnih števil in goody bagov, jih tudi ne pošiljamo po pošti.

Omogočamo prevoz palic do Hudajužne (27km). Palic ne pobiramo nikjer na trasi!

Palice za Hudojužno (27km) oddate na prireditvenem prostoru kot garderobo.

Oprema	40+km
Štartna številka na vidnem mestu	Obvezno
Lasten lonček za pijačo	Obvezno
Posoda za vodo (camel bag, soft flask, bottle...), ki omogoča avtonomijo med dvema okrepčevalnicama	Ni potrebno
Rezervna pijača (l) za čas med okrepčevalnicami	Priporočljivo
Rezervna hrana za čas med okrepčevalnicami	Ni potrebno
Čelna svetilka in rezervne baterije	Ni potrebno
Astro folija	Priporočljivo
Primerna tekaška obutev	Obvezno
Olačilo s kapuco iz nepremočljivega materiala, primerna za zimske razmere, v primeru napovedanih ekstremnih ohladitev v visokogorju	Priporočljivo
Vetrovka	Priporočljivo
Kapa / rutka, rokavice	Priporočljivo
Piščalka	Priporočljivo
Mobilni telefon	Priporočljivo
Osnovna prva pomoč (povoj, gaza, obliž)	Priporočljivo
Zaščita pred soncem	Priporočljivo

POMEMBNA KRIŽIŠČA

Vsa pomembna križišča bodo ustrezno označena, vendar izpostavljamo najbolj kritična kjer lahko zaidete, če spregledate oznake:

- Kalarsko brdo 16,6 km - držite se desne proti Kalu
- Razcep Podbrdo - Petrovo Brdo 36,1 km - držite se leve za smer Podbrdo
- Razcep Robar - Petrovo Brdo 37 km - držite se leve ceste za pot k Robarju
- Razcep pred ciljem - 39,7 km - v levem ostrem ovinku se pot razcepi in zavijete desno na vlako

TEKMUJE SE PO PRAVILIH AZS in po **pravilih za organizacijo tekmovanj v gorskih in trail tekih**.

SPLOŠNI POGOJI TEKMOVANJA:

- 1. Vsak tekač tekmuje na lastno odgovornost.
- Vsi tekači so nezgodno zavarovani pri Zavarovalnici Triglav d.d. .
- Tekoč mora imeti predhodne izkušnje s tekom v naravi in ultra-trail tekom, ne sme imeti vrtoglavice in biti mora fizično dobro pripravljen.

- Tekači, mlajši od 18 let, ne morejo tekmovati na Ultra trail Pušeljč / UTP 100+ km, Ultra trail Pušeljč / UTP 70+ km, Gorskem maratonu 4 občin / GM40 40+ km in Graparskem trailu /GT 20+ km zaradi težavnosti dirke. Tekači, mlajši od 16 let, ne morejo tekmovati na Rapallo trailu / RT 10+km.
- Tekma poteka v vseh vremenskih pogojih, razen, če je ogrožena varnost tekačev (ekstremna nevihta, neurje, poplave...). V takšnih primerih se bo organizacijski odbor odločil za rezervni scenarij, spremembo proge ali odpoved tekmovanja.
- Proga je označena na način, da je tekačem zagotovljen nemoten tek, brez težav z orientacijo (npr. označevalni trakovi, zastavice). Kilometerske oznake ne bodo postavljene. Organizator bo s pomočjo prostovoljcev prisoten na ključnih točkah za pomoč in usmerjanje tekačev.
- Vsi tekači se morajo držati označene poti. Vsaka uporaba bližnjic in krajšanje označene poti se kaznuje s kaznijo oziroma takojšnjo diskvalifikacijo.
- Na nekaterih delih trasa poteka po cestah, na katerih mora tekač upoštevati veljavne cestno prometne predpise in se obnašati kot predpisuje zakon za vse udeležence v prometu.
- Če tekač ne vidi nobene oznake v razdalji 200 m, se mora vrniti do zadnje oznake in ponovno preveriti možnost nadaljevanja.
- Če so oznake zelo pomanjkljive ali manjkajo, morajo tekači to sporočiti na najbližji kontrolni točki ali sporočiti na klicni center +386 31 585 523.
- Vsi tekači morajo imeti obvezno opremo.
- Tekoške palice so dovoljene na vseh trasah.
- Priporočamo uporabo GPS-sledi na vaši uri. Datoteko za prenos najdete na uradni strani PTRF (razpisi).
- Tekač lahko prostovoljno odstopi od tekmovanja na katerikoli okrepčevalni postaji. Odstop mora takoj sporočiti organizatorju.

DELEGATA AZS:

Dušan Papež tel.: 041 683 016 e-mail: papez.dusan@gmail.com

SODNIŠKA KOMISIJA:

- Teodor Markoč - vodja tekmovanja
- Dušan Papež - delegat AZS GT
- Predstavnik ProTime - timing ekipa

KONTAKT:

Teodor Markoč

tel.: +386 40 202 449

e-mail: info@ptrf.si, teodor@ptrf.si