

Секција за планинско трчање

Одговорно лице: Сава Лазић



### 3. Коло Националне серије ПСС – Тара ултра трејл, Бајина Башта, 06.07.2024.

У суботу 06.07.2024. на Тари и у подручју Општине Бајина Башта одржано је 3. коло Националне серије Планинарског савеза Србије у планинском трчању.

Екипа секције за планинско трчање Планинарског друштва „Авала“ наступила је на овој планинској трци у следећем саставу: Душан Рајковић, Марко Поповић и Сава Лазић.

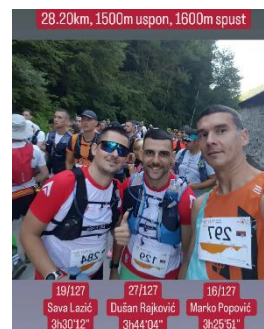
Старт је био поред самог Манастира Рача, задужбине краља Драгутина из 1296. године, док је циљ био у дворишту ОШ „Свети Сава“ у Бајиној Башти.

На програму је била стаза дужине 28 километара са око 1500 метара успона и око 1600 метара спуста.

Полазак из Београда био је у 04:45, стигли смо у 07:30, старт трке био је у 09:00, док смо се у Београд вратили у 19:00.

Остварена су следећа времена и пласмани у конкуренцији 127 учесника:

- Марко Поповић – 16. место, време: 3 сата 25 минута 51 секунда;
- Сава Лазић – 19. место, време: 3 сата 30 минута 12 секунди;
- Душан Рајковић – 27. место, време: 3 сата 44 минута 4 секунде.



Стаза је била физички најзахтевнија на почетку - у првих 3.80 км истрчали смо око 615м успона, средишњи део стазе је био валовит и погодан за трчање у променљивом ритму до 15. км када је кренуо први јачи спуст од око 5 км са 640м спуста. Затим је од Манастира Рача, после 3. окрепне станице уследио још један јак успон у трајању од 2.3 км са 250м успона, да би до краја трке било низбрдо и делимично равно. Од Манастира Рача, преко платоа Националног парка Тара, назад до Бајине Баште трчало се преко следећих врхова: Крстача (906 мнв), Борјак (1210 мнв), Ковачи (1185 мнв), Соколарица (985 мнв).

Време је било погодно за овакву трку с обзиром да се 70% трасе трчало у шуми, али је закључак такмичара да би било идеално да је старт био у 07:00 уместо у 09:00 часова.

