



Trasa Biegu „Śmierzący Leń”

Start/Meta: Kompleks Sportowy LKS „Muńcuł” w Złatnej (ok. 660 m n.p.m.)

1. Po starcie kierunek drogą powiatową nr 1441S w kierunku Złatnej-Huty, (1 km biegu wg wykresu).
2. Po ok. 150 m skręt w lewo w asfaltową drogą gminną do przysiółka Motykówka, (1 km wg wykresu).
3. Dalej drogą gminną asfaltową w górę do jej końca ok. 900 m, (ok. 740 m n.p.m.) - (1 km biegu wg wykresu).
4. Następnie kontynuacja w górę drogą polną ok. 400 m do drogi leśnej utwardzonej, (2 km biegu wg wykresu).
5. Skręt w prawo w drogę leśną utwardzoną, (ok. 790 m n.p.m.) i dalej ok. 1500 m w dół do drogi powiatowej nr 1441S, (2 i 3 km biegu wg wykresu).
6. Dalej w lewo drogą powiatową, (ok. 720 m n.p.m.), dystans ok. 300 m lekko w górę, (3 km biegu wg wykresu).
7. Skręt w lewo po skosie w drogę utwardzoną kostką kamienną do Śmierzącego Potoka, lekko w górę, (4 km biegu wg wykresu).
8. Po ok. 700 m na rozwidleniu dróg skręt w lewo w drogę leśną utwardzoną, (ok. 790 m n.p.m.) łagodnie w górę, (4 i 5 km biegu wg wykresu).
9. Dalej ok. 500 m drogą leśną do ostrego zakrętu w lewo przecinającego potok górski, umiarkowanie w górę, (4 i 5 km biegu wg wykresu).
10. Później zgodnie z drogą leśną wyboistą ok. 700 m do drogi leśnej utwardzonej, (ok. 920 m n.p.m.) umiarkowanie w górę, (5 km biegu wg wykresu).
11. Zakręt w lewo (90 stopni) i dalej ok. 150 m drogą leśną utwardzoną, umiarkowanie w górę, (6 km biegu wg wykresu).
12. Skręt w prawo (90 stopni) i dalej drogą leśną nieutwardzoną ostro w górę ok. 500 m, (6 km biegu wg wykresu).
13. Lekkie wypłaszczenie ok. 150 m, (ok. 1040 m n.p.m.) - (6 km biegu wg wykresu).
14. Lekko w górę i dalej przez kolejne wypłaszczenie obok ambony leśników w kierunku Hali Bacmaniej, ok. 250 m, (7 km biegu wg wykresu).



15. Umiarkowanie w górę przez Przesmyk „Męki Jinżyniera”, (ok. 1115 m n.p.m.) do Hali Bacmaniej ok. 150 m, (7 km biegu wg wykresu).
16. Dalej ostro w górę ok. 350 m przez Halę Bacmanią, (ok. 1170 m n.p.m.) w kierunku szlaku żółtego na Halę Lipowską, (7 km biegu wg wykresu).
17. Skręt w prawo (90 stopni) w szlak żółty,(ok. 1200 m n.p.m.) - (8 km biegu wg wykresu).
18. Po ok. 800 m zaraz na początku Hali Bieguńskiej, skręt w prawo skos przez halę Bieguńską, (ok. 1210 m n.p.m.) i ostro w dół przez halę, (8 i 9 km biegu wg wykresu).
19. Po ok. 400 m biegu przez halę –na granicy lasu trasa nawiązuje do drogi leśnej zrywkowej i dalej jej przebiegiem ostro w dół. Po drodze przecięcie szlaku turystycznego niebieskiego,(ok. 1090 m n.p.m.) - (9 km biegu wg wykresu).
20. Po ok. 1800 m – zakręt w lewo (90 stopni) w drogę leśną utwardzoną,(ok. 960 m n.p.m.) -(9 km biegu wg wykresu).
21. Dalej drogą leśną umiarkowanie w górę ok. 2500 m,(9, 10, 11, 12 km biegu wg wykresu).
22. Następnie skręt w lewo w szlak turystyczny żółty, (ok. 1060 m n.p.m.) ostro w górę na Halę Lipowską przez tzw. „Golgotę”,(ok. 1140 m n.p.m.) - (12, 13 km biegu wg wykresu).
23. Przed schroniskiem PTTK na Hali Lipowskiej, (ok. 1270 m n.p.m.) skręt w prawo w szlak żółty w kierunku Hali Rysianka, wyfłaszczanie,(13, 14 km biegu wg wykresu).
24. Po ok. 600 m skręt w prawo skos (45 stopni) lekko w dół przez halę do połączenia szlaków czarnego i czerwonego, (ok. 1200 m n.p.m.) - (14 km biegu wg wykresu).
25. Dalej w dół szlakiem turystycznym czerwonym w kierunku Pilska,(15 km biegu wg wykresu).
26. Po ok. 1800 m na Trzech Kopcach, (ok. 1215 m n.p.m.) skręt w prawo (90 stopni) w szlak niebieski w kierunku Krawców Wierch, umiarkowanie w dół, (16 km biegu wg wykresu).
27. Po ok. 2500 m, za Przełęczą Bory Orawskie,(ok. 945 m n.p.m.) ostro w prawo (150 stopni) w tak zwany „Chodnik Ropsików” - dalej do żółtego szlaku przez kładkę na potoku, (17, 18, 19 km biegu wg wykresu).
28. Za mostkiem żółtym szlakiem lekko w górę ok. 180 m, (19 km biegu wg wykresu).
29. Dalej w lewo w czarny szlak do Złatnej umiarkowanie w dół,(19, 20km biegu wg wykresu).
30. Po ok. 800 m na „Szerokim Kamieńcu”, (ok. 825 m n.p.m.) zgodnie z czarnym szlakiem po łuku w lewo przez drewniany mostek, (20 km biegu wg wykresu).



31. Za mostkiem drogą asfaltową w dół i po ok. 1200 m. Za zabytkowym krzyżem „Bożej Męki” w Złatnej Hucie, (ok. 745 m n.p.m.) skręt w lewo w drogę polną, (20, 21 km biegu wg wykresu).
32. Dalej trzymając się prawej strony w górę drogą polną, później leśną, (21 km biegu wg wykresu).
33. Po ok. 630 m skręt w prawo (90 stopni) na drogę leśną utwardzoną,(ok. 860 m n.p.m.), (21 km biegu wg wykresu).
34. Drogą leśną w dół ok. 160 m do rozwidlenia dróg, (22 km biegu wg wykresu).
35. Dalej prosto trzymając się lewej strony, w drogę leśną popod „Długim Groniem”, (ok. 875 m n.p.m.) początkowo w górę, później w dół,(22, 23 km biegu wg wykresu).
36. Po ok. 1600 m, skrzyżowanie dróg leśnych, (ok. 790 m n.p.m.) -(23 km biegu wg wykresu).
37. Dalej prosto przez betonowy mostdrogą leśną wyboistą, w kierunku wzniesienia Kościelec, (23 km biegu wg wykresu).
38. Po ok. 250 m łuk na wysokości ok. 810 m n.p.m. w lewo i droga w dół, (23 km biegu wg wykresu).
39. Po ok. 300 m skrzyżowanie dróg, (ok. 780 m n.p.m.) – dalej w lewo w górę drogą leśną utwardzoną,(24 km biegu wg wykresu).
40. Droga leśna utwardzona na wysokości ok. 900 m n.p.m. - po ok. 700 m przebiegu, skręca w prawo o 170 stopni, (25 km biegu wg wykresu).
41. Dalej drogą leśną utwardzoną w dół trawersując wzniesienie „Okrągła” (25, 26, 27 km biegu wg wykresu).
42. Po ok. 2800 m trasa dochodzi do drogi powiatowej nr 1441S, (ok. 645 m n.p.m.) - (28 km biegu wg wykresu).
43. Skręt w prawo (90 stopni) i dalej drogą powiatową do mety ok. 300 m