

دليل المتشاركين
الهايكرز
والعدائين الجبليين

تحدي
قمم الإمارات

2023

ارفعه عالياً .. ارفعه بفخر

اغزُ القمم المهيبة .. أوقد نار العزيمة

في قلب الإمارات العربية المتحدة حيث تحتضن الشمس القمم وتروي الرياح حكايا الطموح، نرُحب بك في تحدي قمم الإمارات 2023 - في ملحمة استثنائية لخمسة أسابيع تعيد تعريف الحدود وتحثني بالعزيمة التي لا تقهر.

تنطلق مغامرتنا من أعلى قمة في الإمارات؛ جبل جيس الملهم للعظمة، في صباح يوم السبت في الرابع من نوفمبر 2023، وكسيل جارف من الطموح نشق طريقنا عبر المسارات الوعرة ونعبر الصحارى والوديان وصولاً إلى جبل صفيث المهيبة في أبوظبي في يوم السبت في الثاني من ديسمبر حيث يصادف اليوم الوطني للإمارات العربية المتحدة.

تحت شعار يتردد صداه بين الجبال: ارفعه عالياً... ارفعه بفخر

وتحت راياتنا وهتافنا "ارفعه عالياً... ارفعه بفخر" ندعوكم للانضمام إلى مغامرة تسمو فوق حدود المألوف، في تحدٍّ هو أكثر من مجرد تحدٍّ بل إعلان لصمودنا وتأكيد لوحدتنا وتجسيد لروح الإمارات التي لا تقهر.

تحدي قمم الإمارات ليس مجرد سباق بل شاهد ناطق على إخلاص الإمارات لهدف الامتياز الرياضي، هنا يجتمع المحترفون والهواة ويتشاركون المسارات والأحلام، ويرسمون ملامح حكاية وحدة وإصرار لا يفنى، هنا يلهم العداؤون المخضرمون أقرانهم المبتدئين، ويوقد هؤلاء روح الريادة الكامنة داخلهم.

وعدا عن الإنجاز البدني فإن هذا التحدي ينسج عباءة من التجارب، وفيه نحثفي بالثقافات، وتتوحد الأصوات، لتعكس روح الإمارات التي تحتضن الجميع، إن رطلتنا هي رحلة لاستكشاف الذات ندفع فيها الحدود الفردية ونحقق فيها الأحلام وسط جمال بلدنا الأخاذ.

ولا ننسى أننا في سعيها نحو المجد حراس للطبيعة، فأبطال تحدي قمم الإمارات بممارساتهم المستدامة لا يتركون أثر أقدامهم فحسب بل يبقى وراثهم إرث من التفاني في الحفاظ على البيئة، وخطانا نحو الأمام هي خطى رؤوفة حتى تبقى القمم التي نستكشفها نقيه كما هي للأجيال القادمة.

تحدي قمم الإمارات 2023 ليس فعالية فحسب بل ملحمة للعزيمة وسيمفونية تشدو بالوحدة وتعبير عن فخرنا المشترك، ندعوكم لتكونوا جزءاً من حكاية أسطورية تلامس فيها الطموحات السماء وترنو الأنظار نحو قمم أعلى.

الفئات

وعدد المتشاركين

عدد المشاركين الاجمالي
في كل تحدي

450

مشارك



العداؤون

عدد المشاركين في
كل تحدي

150

مشارك



الهايكرز

عدد المشاركين في
كل تحدي

300

مشارك

الهايكرز : من 16 وما فوق (ذكور وإناث)

- ما بين 18 و29 سنة (ذكور وإناث) - عدد المشاركين 40
- ما بين 30 و39 سنة (ذكور وإناث) - عدد المشاركين 40
- ما بين 40 و49 سنة (ذكور وإناث) - عدد المشاركين 40
- 50 سنة وما فوق (ذكور وإناث) - عدد المشاركين 30

العداؤون الفئة رقم 1:

العداؤون الفئة رقم 2:

العداؤون الفئة رقم 3:

العداؤون الفئة رقم 4:

مراحل تحدي قمم الإمارات الخمسة

المرحلة : 01

جبل جيس إماره رأس الخيمة

التاريخ : السبت 4 نوفمبر 2023



الموقع: منتزه منصة المشاهدة - جبل جيس



المسافة: 11.8 كم



المرحلة : 02

حتا إماره دبي

التاريخ : السبت 11 نوفمبر 2023



الموقع: مسار حتا ساين



المسافة: 10 كم



المرحلة : 03

جبل الرهام إماره الفجيرة

التاريخ : السبت 18 نوفمبر 2023



الموقع: مسار جبل الرهام



المسافة: 7.5 كم



مراحل تحدي قمم الإمارات الخمسة

المرحلة : 04

خورفكان إمارة التنارقة

التاريخ : السبت 25 نوفمبر 2023



الموقع: مسار جبل الرابي



المسافة: 6.5 كم



المرحلة : 05

العين إمارة أبو ظبي

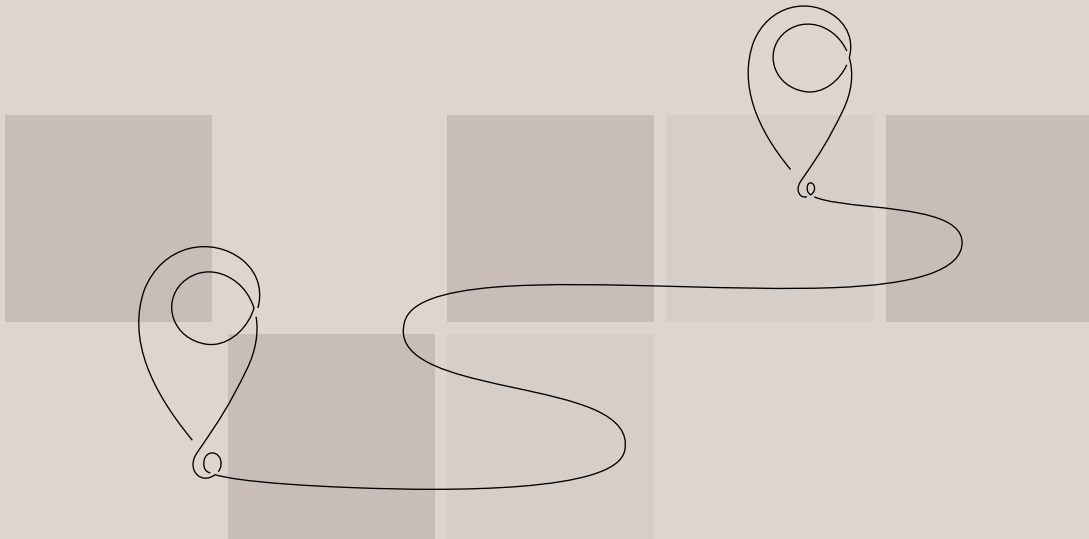
التاريخ : السبت 2 ديسمبر 2023



الموقع: العين - مسار جبل حفيت



المسافة: 10 كم (للهايكوز) - 20 كم (للعدائين الجليين)



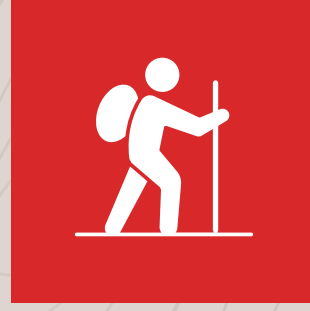
أوقات الفعالية



رسم التسجيل



العدائين
150 درهم إماراتي



الهايكرز
100 درهم إماراتي

يتضمن رسم التسجيل

- شهادة
- ميدالية
- جهاز توقيت للعدائين
- تي شيرت التحدي
- قبعة
- خدمة تنزيل الصور
- جوائز لأول 3 عدائين يصلون لخط النهاية في كل فئة
- مياه
- خدمة دورات مياه

نصائح للهايكرز



ارتداء

أحذية للهايكنج، ملابس مريحة
نظارات شمسية



إحضار

حقيبة ظهر صغيرة واستخدام كريم
واقى من أشعة الشمس



الالتزام

بتعليمات المنظمين واللافتات
الموجودة على المسار



شرب

المياه بشكل دائم



▲ توزيع المياه

- سيتم توزيع مياه الشرب في نقطة البداية وفي إحدى النقاط الموجودة على طول المسار.
- إحضار حقيبة ظهر صغيرة لعبوات المياه.

▲ الصحة والسلامة

- سيكون هناك 2-3 نقاط على المسار، مع متطوعين للسلامة والإسعافات الأولية على جاهزية لتقديم المساعدة.
- رقم التواصل للطوارئ: **0555355263**
- رقم تواصل آخر للطوارئ: سيتم تزويد المشاركين بالرقم خلال كل مرحلة من مراحل التحدي.

▲ مواقف السيارات :

سيكون هناك مواقف مخصصة للسيارات متاحة في جميع المواقع المذكور أدناه

خدمة مواقف السيارات
متوفرة قبل نقاط التجمع

● للمرحلة 1

جبل جيس 📍

● للمرحلة 3

الفجيرة 📍

● للمرحلة 2

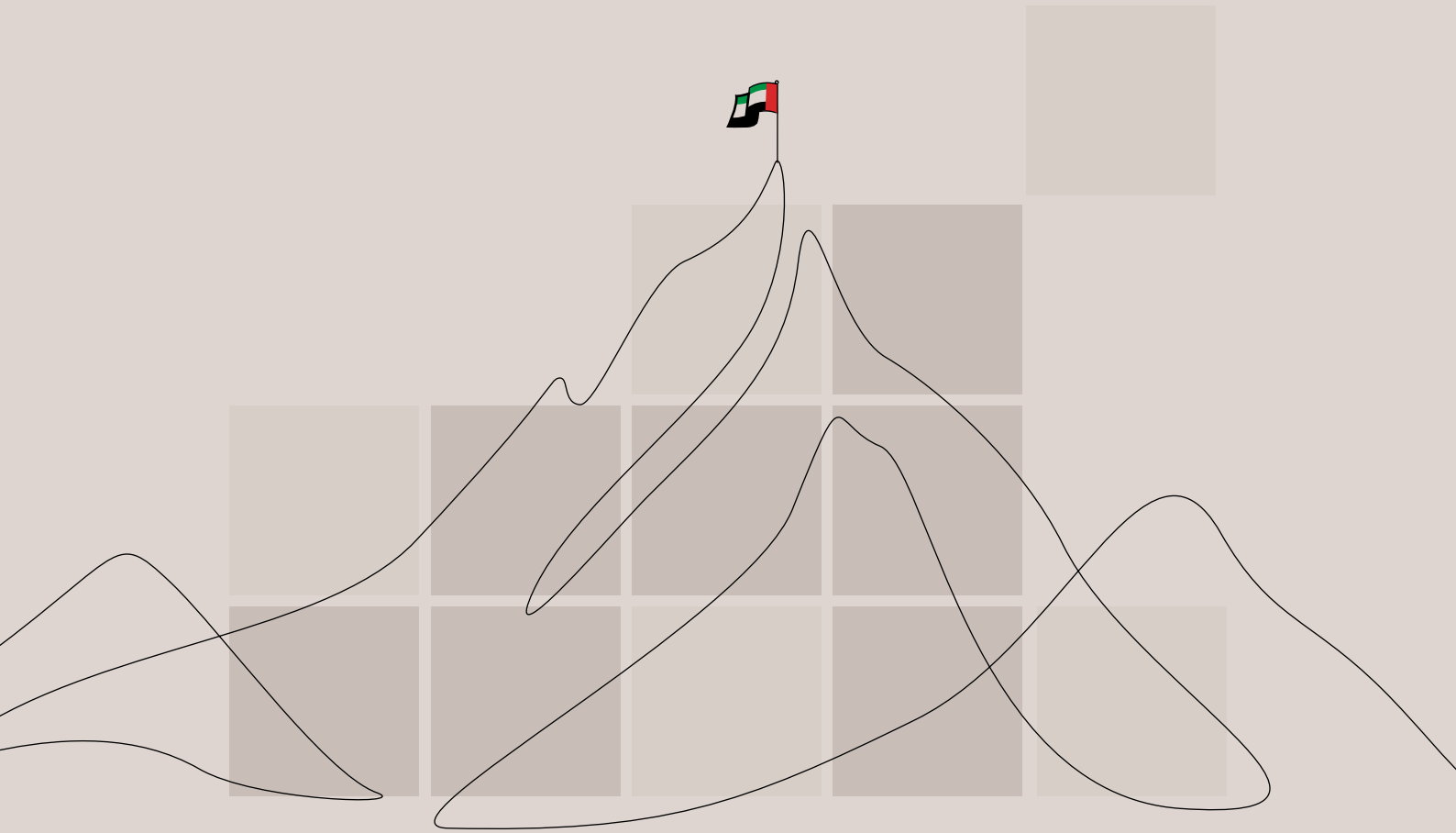
حما 📍

● للمرحلة 5

حقيت 📍

● للمرحلة 4

جبل الرابي 📍



للمساعدة

في حال صادفتك أي مشاكل خلال عملية التسجيل أو كان لديك أي استفسارات،
فإن فريق الدعم متواجد وجاهز لمساعدتك.

للتسجيل اضغط هنا

تواصل معنا على

info@uaesummitchallenge.com

أو هاتفنا على الأرقام

0561168555 - 0561169555

أو موقع الفعالية

www.uaesummitchallenge.com

تواصل معنا على الواتساب

0561168555