

# REGULAMIN – Morąski Ultra Cross „MUC”

## 1. ORGANIZATOR:

Stowarzyszenie LEŚNY CROSS, Aleja Wojska Polskiego 19, 14-300 Morąg

## 2. CEL:

- promocja województwa Warmińsko-Mazurskiego, ze szczególnym uwzględnieniem regionu gminy Morąg, w Polsce i na świecie;
- propagowanie biegania długodystansowego na dystansie dłuższym niż maraton (42,194 km);
- promocja zdrowego trybu życia;
- propagowanie zachowań proekologicznych, wpływających na zachowanie czystości na trasie biegu;
- propagowanie prawidłowych zachowań pieszych, dotyczących zasad ruchu drogowego, wśród uczestników biegu;
- integracja środowisk biegowych z Polski i świata;
- integracja lokalnej społeczności poprzez budowanie społeczeństwa obywatelskiego, opartego na wolontariacie;
- propagowanie idei współzawodnictwa sportowego oraz zachowań fair-play.

## 3. TERMIN I DYSTANS:

- Bieg „Morąski Ultra Cross” odbędzie się dnia 19.04.2020 r. i rozegrany zostanie na dystansie: ok. 69+ km.

## 4. MIEJSCE:

- **biuro Zawodów** i depozyt będą mieściły się w Hotelu Tailor w Morągu, przy ul. Żeromskiego 38;
- **biuro Zawodów** urzędować będzie **18.04.2020 r.** w godzinach 12:30-16:30;
- **odprawa** odbędzie się dnia **19.04.2020 r.** o godzinie 7:00 **Stadion Wiejski Łukta**;
- organizator zapewnia dojazd uczestników z Morąga na start w Łukcie.

## 5. TRASA, DYSTANSE, LIMITY:

### Trasa:

- trasa biegu prowadzi przez drogi i szlaki turystyczne gmin Łukty, Małdyt i Morąga;
- trasa prowadzi przez leśne drogi i wkracza na drogi publiczne, gdzie nie będzie wyłączonego ruchu, dlatego uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania wszystkich przepisów i zasad ruchu drogowego. Nieprzestrzeganie ww. zasad grozi dyskwalifikacją, a co ważniejsze naraża uczestników na utratę zdrowia lub życia;
- trasa będzie oznakowana taśmami i tabliczkami. W miejscach szczególnie wrażliwych, zastosowane będzie podwójne oznakowanie;
- miejsca szczególnie niebezpieczne będą zabezpieczone przez służby i osoby wyznaczone przez Organizatora.

### Dystans i Limity:

- dystans ok. 69+ km
- wyjazd autobusów na start 6:30
- start biegu: Stadion Wiejski Łukta
- godzina startu: 7:30
- zamknięcie startu: 7:45
- limit czasu: **10 godzin**
- meta biegu: Stare Miasto Morąg okolice ratusza.

## **6. PROGRAM MINUTOWY:**

- 7:30 Początek /Start biegu
- 7:45 Zamknięcie startu
- 12:00 Zamknięcie PK1
- 17:30 Koniec biegu/Zamknięcie mety
- 16:20 Dekoracje zwycięzców

## **7. PUNKT KONTROLNO-ŻYWIENIOWY:**

- punkt będzie rozmieszczony w okolicy 35 km trasy i posiada limit czasu 4,5 h. Po przekroczenie limitu czasu zawodnik zostaje zobowiązany jest zakończyć bieg oraz oddać chip i numer startowy obsłudze. Próbę dalszej kontynuacji biegu, zawodnik podejmuje na własną odpowiedzialność. W razie konieczności akcji ratowniczej, może być obciążony jej kosztami;
- punkt kontrolno-żywnieniowy wyposażony będzie w wodę, izotonik, cole i przekąski;
- zawodnicy na punkcie będą poddawani weryfikacji numerów startowych. Za pominięcie punktu grozi dyskwalifikacja;
- zawodnik pozostający na punkcie powinien przestrzegać zaleceń obsługi tego punktu i postępować zgodnie z nimi;
- na trasie znajdować się będą sędziowie, sprawdzający numery startowe poza punktem kontrolno-żywnieniowym.

## **8. DEPOZYT:**

- dla zawodników chcących pozostawić swoje rzeczy, będzie dostępny depozyt, zlokalizowany w biurze zawodów/bazie. Odbiór depozytu w okolicach mety. Rzeczy nie będą dostarczane na punkt kontrolno-żywnieniowy.

## **9. WARUNKI UCZESTNICTWA:**

- uczestnikiem biegu może zostać każda osoba, która do dnia 19.04.2020 roku ukończy 18 lat;
- każdy zawodnik chcący wziąć udział w biegu, powinien dokonać rejestracji w panelu zgłoszeniowym i dokonać opłaty startowej przed zamknięciem terminu zgłoszeń i opłat;
- zawodnik zgłaszając się do biegu oświadcza, że startuje w biegu na własną odpowiedzialność i, że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w biegu;
- każdy zawodnik, musi zostać osobiście zweryfikowany w Biurze Zawodów;
- odbiór pakietów tylko i wyłącznie osobisty;
- zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dokument tożsamości (dowód osobisty, paszport, prawo jazdy) celem weryfikacji poprawności danych;
- każdy zawodnik zobowiązany jest do posiadania wyposażenia obowiązkowego w trakcie biegu, za którego brak grożą kary czasowe, bądź dyskwalifikacja. Wyposażenie obowiązkowe będzie sprawdzane podczas odbioru pakietu startowego. W razie braku wyposażenia obowiązkowego, pakiet startowy nie zostanie wydany;
- każdy zawodnik jest zobowiązany do bezwzględnego przestrzegania regulaminu biegu.

## **10. ZASADY UCZESTNICTWA:**

- każdy zawodnik zobowiązany jest do przestrzegania zasad fair play;
- na trasie zabrania się korzystania z pomocy z zewnątrz. Wszystko co potrzebne do biegu, zawodnik powinien mieć ze sobą, a braki w postaci picia i jedzenia uzupełniać tylko w wyznaczonym przez organizatora, punkcie kontrolno-żywnieniowym;
- dopuszcza się pomoc supportu – wyłącznie na punkcie kontrolno-żywnieniowym;
- zabrania się zrywania, przewieszania, bądź ukrywania oznaczeń trasy;
- każdy zawodnik zobowiązany jest do przestrzegania przepisów i zasad ruchu drogowego w miejscach gdzie takie obowiązują;
- każdy zawodnik zobowiązany jest do poruszania się po chodniku dla pieszych, jeżeli taki występuje;
- każdy zawodnik zobowiązany jest do poruszania się lewą stroną drogi, na której jest dopuszczony ruch pojazdów kołowych, a nie znajduje się na niej chodnik dla pieszych;
- każdy zawodnik zobowiązany jest do stosowania się do znaków ostrzegawczych znajdujących się na przejazdach kolejowych;
- zabrania się do wchodzenia na przejazd kolejowy, w przypadku palących się czerwonych świateł ostrzegawczych lub zamkniętych szlabanów;
- każdy z uczestników zobowiązany jest do bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym, w tym Policji i Straży Miejskiej, a także służb zabezpieczających trasę biegów wyznaczonych przez organizatora;
- zabrania się poruszania poza wyznaczoną trasą;
- bezwzględnie zabrania się pozostawiania na trasie jakichkolwiek odpadów. Powinny one być dostarczone przez zawodnika do najbliższego punktu kontrolno-żywnieniowego.
- zabrania się także niszczenia przyrody i straszenia dzikich zwierząt.

## **11. ZGŁOSZENIA:**

- zgłoszenia online można dokonywać do 31.03.2020 r. przy pomocy elektronicznego formularza dostępnego na stronie internetowej elektronicznezapisy.pl
- organizator ustala limit zgłoszeń na 100 osób;
- za osobę zgłoszoną, uznaje się osobę, która poprawnie wypełniła formularz zgłoszeniowy i dokonała opłaty startowej;
- przepisanie pakietu na osobę trzecią, możliwe jest do dnia 31.03.2020r. po wcześniejszym poinformowaniu organizatora.

## **12. OPŁATA STARTOWA:**

- 50 zł - pakiet podstawowy do 29.02.2020,  
160 zł – pakiet rozszerzony do 29.02.2020 (+ pamiątkowa personalizowana koszulka);
- 60 zł – pakiet podstawowy 01.03.2020 do 19.04.2020,  
170 zł – pakiet rozszerzony od 01.03 do 15.03.2020 (+ pamiątkowa personalizowana koszulka);

Opłaty startowej należy dokonać w wyznaczonym terminie i określonej kwocie na konto bankowe:

**Stowarzyszenie LEŚNY CROSS**

**Aleja Wojska Polskiego 19, 14-300 Morąg**

**Nr konta BGŻ BNP PARIBAS: 98 1600 1462 1826 0326 7000 0001**

**(w tytule przelewu proszę podać imię i nazwisko z dopiskiem „MUC” + rodzaj, rozmiar koszulki oraz „personalizację” przy pakiecie rozszerzonym np. Jan Kowalski MUC + męska L „DZIK”);**

- opłata nie jest ważna jeżeli została dokonana po terminie lub gdy zostanie wniesiona po wyczerpaniu limitu miejsc;
- opłata startowa nie podlega zwrotowi;
- skrócenie, zmiana przebiegu trasy oraz odwołanie trasy lub zawodów w czasie ich trwania nie stanowi podstawy do zwrotu wpisowego;
- w przypadku odwołania zawodów przed ich rozpoczęciem zawodnikom przysługuje zwrot wpisowego.

**W ramach opłaty startowej uczestnik otrzymuje:**

- start w zawodach, elektroniczny pomiar czasu oraz obsługę trasy;
- numer startowy;
- napoje i wyżywienie na trasie biegu;
- ciepły posiłek regeneracyjny po zawodach;
- zabezpieczenie medyczne;
- statuetki/puchary dla najlepszych;
- medale dla wszystkich zawodników, którzy ukończą bieg;
- pamiątkową termo aktywną opaskę na głowę.

### **13. KLASYFIKACJE NAGRADZANE:**

- będzie prowadzona i nagradzana klasyfikacja generalna najlepszych zawodników. trzech pierwszych mężczyzn i trzy pierwsze kobiety, otrzymają okolicznościowe statuetki/puchary, ewentualnie nagrody rzeczowe w miarę hojności sponsorów;
- warunkiem otrzymania nagród jest osobisty udział w ceremonii dekoracji – w przypadku braku nagrodzonych zawodników nagrody przepadają

### **14. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE:**

- plecak;
- pojemnik/pojemniki (bidony lub bukłak) mieszczący min. 1,5 litr płynów;
- działający telefon komórkowy;
- folię NRC;
- chip do pomiaru czasu (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym);
- numer startowy (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym);
- własny kubek/pojemnik do napojów na punktach odżywczych.

### **15. WYPOSAŻENIE ZALECANE:**

- lampka czołowa (pod koniec limitu może być już ciemno);
- środki przeciwbólowe;
- bandaż, plaster, opatrunek jałowy;
- gaz pieprzowy;
- kurtka przeciwdeszczowa.

## **16. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- ze względów bezpieczeństwa organizator może zmienić lub skrócić trasę, a w przypadku ekstremalnych warunków atmosferycznych odwołać zawody;
- zawodnicy muszą mieć numer startowy przymocowany z przodu ciała w widocznym miejscu niczym nie przesłonięty;
- zawodnicy muszą mieć przymocowany do buta chip pomiarowy, który otrzymają od organizatora;
- zawodnik startując w MUC wyraża zgodę na wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji biegu oraz przetwarzania danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów;
- zawodnik, który zszedł z trasy, zakończył bieg, bądź nie zmieścił się w wyznaczonym limicie czasu na punkcie kontrolnym zobowiązany jest poinformować o tym fakcie organizatora, bądź osoby przez niego wskazane;
- organizatorzy MUC zastrzegają sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązani są poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy komunikatem na stronie internetowej zawodów;
- wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorom biegu MUC.

## **17. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH:**

1. Dane osobowe Uczestników imprezy MUC Morski Ultra Cross będą przetwarzane zgodnie z obowiązującymi przepisami prawnymi, tj. Ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U. 2018 poz. 1000) oraz Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych)
2. Przetwarzanie danych, o którym mowa w punkcie XV. obejmuje również publikację: imienia, nazwiska, roku urodzenia, nazwy miejscowości i nazwy drużyny.
3. Administratorem danych osobowych Uczestników jest Stowarzyszenie Leśny Cross
4. Dane osobowe Uczestników przetwarzane będą w celach organizacji i przeprowadzenia biegu, w szczególności w celach związanych z wykonaniem umowy udziału w biegu (tj. przygotowanie pakietu startowego, ubezpieczenie, opracowanie wyników, wydanie nagród, itp.), publikowania ogólnodostępnych list startowych oraz wyników biegu (obejmuje także publikację imienia i nazwiska, roku urodzenia, drużyny Uczestnika wraz z nazwą miejscowości, w której zamieszkuje - w każdy sposób), wyłonienia zwycięzców i przyznania, wydania, odbioru oraz rozliczenia nagrody, przesyłania informacji organizacyjnych (email / SMS) o biegu, obsługi zgłoszeń i korespondencji, które kierowane są do Organizatora oraz innych czynności związanych z promocją i przeprowadzeniem biegu
5. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, ale niezbędne do udziału w biegu oraz do realizacji wskazanych wyżej celów, a także uwzględnienia Uczestników w klasyfikacji zawodów.
6. Niepodanie danych lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia zawarcie umowy i udział w biegu.
7. Dane osobowe Uczestników będą ujawniane pracownikom, współpracownikom oraz podwykonawcom Administratora w zakresie niezbędnym dla realizacji wcześniej wymienionych celów przetwarzania danych osobowych.
8. Uczestnik biegu wyraża dobrowolną zgodę na udostępnienie danych osobowych Partnerowi Technicznemu Organizatora odpowiedzialnemu za wykonywanie usług

- związanych z rejestracją uczestników biegu, elektronicznym pomiarem czasu oraz generowaniem wyników biegu.
9. Uczestnik biegu wyraża dobrowolną zgodę na udostępnienie danych osobowych Partnerowi Organizatora odpowiedzialnemu za wykonywanie usług fotograficznych.
  10. Uczestnik wyraża dobrowolną zgodę na udostępnienie danych osobowych Sponsorom oraz Partnerom Organizatora dla celów promocyjnych i marketingowych.
  11. Zdjęcia wykonane podczas imprezy mogą być wykorzystane w materiałach reklamowych biegu i Organizatora (komunikat końcowy, plakat, informacje prasowe, strona internetowa itp.). Uczestnictwo w biegu jest związane ze zgodą na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku Uczestnika utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo oraz udzieleniem Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie go na wszystkich polach eksploatacji, w tym: utrwalania i rozpowszechniania w dowolnej formie oraz wprowadzanie do pamięci komputera, wykorzystania do promocji i organizacji imprez przez Organizatora, udostępniania Sponsorom oraz Partnerom biegu w celu ich promocji w kontekście udziału w biegu, zamieszczania i publikowania w wydawnictwach o biegu, na promocyjnych materiałach drukowanych Organizatora, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych.
  12. Każdy Uczestnik biegu ma prawo do wniesienia żądania: dostępu do swoich danych osobowych, ich sprostowania, ich usunięcia oraz ograniczenia ich przetwarzania. Ponadto ma prawo do wniesienia sprzeciwu wobec ich przetwarzania oraz do ich przenoszenia. Ma prawo do wycofania zgody na przetwarzanie danych osobowych w dowolnym momencie. Jednakże wycofanie zgody na przetwarzanie danych osobowych będzie skutkowało zerwaniem umowy udziału w biegu. Kontakt w sprawach powyższych: [stowarzyszenielesnycross@gmail.com](mailto:stowarzyszenielesnycross@gmail.com)
  13. Skargę na sposób przetwarzania danych osobowych można wnieść do organu nadzorczego: Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa.