

REGULAMIN ZAWODÓW "DZIKA ROSPUDA ULTRA TRIAL"

Druga edycja biegów, które miały bardzo pozytywne opinie w ubiegłym roku.

Tegoroczna edycja odbędzie się na lekko zmienionej trasie ale będzie przebiegała przez najpiękniejsze tereny Doliny Rospudy. Dojdą przeprawy, przez rzekę a trasa będzie przebiegała po pętli ze startem i metą w Bakalarzewie.

1) Cel imprezy

- promocja Suwalszczyzny i Doliny Rospudy w Polsce i Europie,
- popularyzacja trialowych biegów długodystansowych
- popularyzacja aktywności fizycznej na świeżym powietrzu.

2) Miejsce i termin imprezy

Miejsce startu (80km, 50km): Plaża Wiejska w Bakalarzewie nad j. Sumowo

Miejsce startu (15 km) Plaża Wiejska w Bakalarzewie

Miejsce mety (80km, 50km, 15km)

Biuro zawodów: GOK Bakalarzewo

- Termin: 28.03.2020 r.
- Start:
 - 80km – godz. 6:00 (limit 12 godzin)
 - 50km – godz. 9:00 (limit 8 godzin)
 - 15km – godz. 12:00 (bez limitu)

Szczegółowy harmonogram z godzinami pracy biura, obowiązkowej odprawy technicznej i dekoracji zwycięzców zostanie podany w późniejszym terminie na stronie internetowej i profilu facebookowym Imprezy. Ze względów bezpieczeństwa Organizator zastrzega sobie prawo do skrócenia trasy, zmiany godziny startu, przerwania lub odwołania Zawodów w przypadku wystąpienia bardzo trudnych warunków atmosferycznych lub klęsk żywiołowych bez możliwości zwrotu wpisowego.

3) Organizator

- RUN FOR YOU
- STOWARZYSZENIE PRZYJACIÓŁ DZIECI "Jesteśmy Razem"

Dyrektor zawodów: Wojciech Klekotko, tel. 507 077 372

Dyrektor d/s biegów i biura zawodów: Jarosław Zajkowski, tel. 503 777 312

4) Trasa

Trasa biegu ma długość ok. 80km, 50km i 10km prowadzi leśnymi drogami, duktami, szutrami i ścieżkami, w 5% asfaltem. Mapa, profil oraz dokładny opis trasy zostanie podany na stronie internetowej zawodów. Przewyższenia na trasie wynoszą ponad +800 / -800 m.

Punkty kontrolne i odżywcze

Położenie, opis i limity czasowe w punktach kontrolnych zostaną podane w późniejszym terminie, nie później niż do 01.03.2020

Przewidziano:

- 4 punkty kontrolno żywnościowe na trasie 80km
- 2 punkty kontrolno żywnościowe na trasie 50km

Poza wymienionymi punktami kontrolnymi na trasie znajdują się punkty lotne sprawdzające obecność zawodników.

Na starcie, mecie i na trasie przewidziano elektroniczny pomiar czasu.

Oznakowanie: trasa będzie oznakowana taśmą ostrzegawczą z logo biegu i/lub sponsora oraz tabliczkami drogowskazowymi przed zmianami kierunku biegu.

Na stronie www Organizatora zostanie zamieszczona zarówno mapa z podstawową trasą biegu.

5) Charakter biegu / klasyfikacja zwycięzców

Zawody mają charakter liniowego biegu na czas trasą poprowadzoną po drogach i duktach leśnych. Zwycięzcy będą klasyfikowani w 2 kategoriach: kobiety i mężczyźni. Nagrody otrzyma piątka zawodników, którzy jako pierwsi pokonają trasę biegu w każdej z kategorii. Przewidujemy dodatkowe nagrody.

Punkty usytuowane dwa w miejscu startu, leśniczówka Dąbrówka. Jeden ciepły posiłek na trasie i po zawodach drugi.

6) Warunki uczestnictwa

- Uczestnikiem zawodów może zostać osoba, która najpóźniej w dniu startu ukończy 18 lat.
- Zawodnicy oświadczają, że startują na własną odpowiedzialność, oraz że nie występują u nich przeciwwskazania zdrowotne do udziału w terenowym biegu ultradystansowym, co potwierdzą podpisując oświadczenie przy odbiorze pakietu startowego.
- Każdy z zawodników ma obowiązek poddać się weryfikacji w Biurze Zawodów w przeddzień startu. Weryfikacja obejmuje sprawdzenie dowodu tożsamości ze zdjęciem (dowód osobisty, paszport, prawo jazdy) oraz kontrolę wyposażenia obowiązkowego.
- Zakazana jest jakakolwiek pomoc osób trzecich, zarówno na punktach odżywczych, jak i na trasie biegu. Za korzystanie z pomocy grozi dyskwalifikacja zawodnika. Każdy Zawodnik musi odwiedzić wszystkie punkty odżywcze oraz punkty kontrolne rozmieszczone na całej trasie i mieć numer startowy na wierzchu w widocznym miejscu. Niezaliczenie wszystkich punktów kontrolnych skutkuje dyskwalifikacją zawodnika.
- Uczestnicy biegu muszą przestrzegać: Regulaminu Zawodów, przepisów poruszania się po drogach publicznych. Nieprzestrzeganie regulaminu może grozić dyskwalifikacją zawodnika.
- Na trasie obowiązuje bezwzględny zakaz śmiecenia, niszczenia roślinności oraz innych działań niosących szkodę przyrodzie. Nieprzestrzeganie tych zasad będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodnika.
- Na liście startowej znajdują się zawodnicy, którzy do 20.03.2020r. wniosą opłatę startową.
- Opłata startowa stanowi darowiznę na rzecz stowarzyszenia O kolejności na liście startowej decyduje kolejność księgowania wpłat na naszym koncie.
- Zawodnik, który nie dotrze do któregoś z punktów kontrolnych w wyznaczonym limicie czasu, powinien zejść z trasy i poinformować o tym fakcie Organizatora biegu. Punkty żywieniowo – kontrolne będą zamykane pół godziny po limicie czasowym ustalonym dla danego punktu.
- Nie przewidujemy przepaków, będzie możliwość pozostawienia depozytu na metę.
- Decyzją zabezpieczenia medycznego o możliwości kontynuacji biegu przez Uczestnika w przypadku problemów zdrowotnych jest ostateczna.

7) Zgłoszenia

- Zgłoszeń można dokonywać wyłącznie poprzez elektroniczną platformę dostępną na stronie organizatora i FB
- Data rozpoczęcia zapisów: 01.10.2019r.; data zakończenia zapisów: 21.03.2020r. Po tym dniu zapisy ani wpłaty nie będą przyjmowane.
- Po wypełnieniu formularza zgłoszeniowego należy dokonać opłaty. O kolejności wpisu na ostateczną listę startową decyduje data wpływu wpłaty na konto Organizatora.
- Limit uczestników (80km): wynosi 100 osób.
- Limit uczestników (50km): wynosi 100 osób.
- Limit uczestników (15km): bez limitu
- Organizator zastrzega sobie prawo zwiększenia liczby uczestników.
- Organizator zastrzega sobie także rozdysponowanie dodatkowej części miejsc dla partnerów biegu.
- Wysokość opłaty startowej (80km):
 - 120zł
 - zawodnicy w kategorii wiekowej 60+ zwolnieni z opłat na podstawie okazania dokumentu
- Wysokość opłaty startowej (50km):
 - 90 zł
 - zawodnicy w kategorii wiekowej 60+ zwolnieni z opłat na podstawie okazania dokumentu
- Wysokość opłaty startowej (15km):
 - 50 zł
- Opłatę startową należy wpłacać na konto **podane na stronie**

8) Wyposażenie obowiązkowe

Uwaga! Organizator zastrzega sobie możliwość kontroli wyposażenia obowiązkowego na mecie i na trasie biegu. Za brak jakiegokolwiek elementu przyznawane będą kary 15 min.

- numer startowy dostarczony przez Organizatora (umieszczony z przodu w sposób umożliwiający jego odczytanie pracownikom obsługi biegu),
- naładowany telefon komórkowy z wpisanymi numerami organizatorów biegu, które zostaną podane przy rejestracji,
- osobisty kubek,
- dowód tożsamości,

Wyposażenie rekomendowane:

- ubranie odpowiednie do pogody
- folia bezpieczeństwa
- drobna gotówka,
- plecak biegowy z pojemnikiem na napoje.
- Lampa czołówka

9) Świadczenia

- numer startowy,
- mapa z trasą biegu, oznaczeniem punktów kontrolnych, startu/mety oraz profilem trasy,
- zabezpieczenie medyczne,
- punkty żywieniowe na trasie i posiłek regeneracyjny na mecie,
- obsługa sędziowska na trasie,
- wyraźne oznakowanie trasy taśmą ostrzegawczą z elementem odblaskowym,
- depozyt,
- pamiątkowy medal dla wszystkich, którzy ukończą zawody w limicie czasu.
- pakiet startowy może ulec wzbogaceniu w zależności od hojności sponsorów.
-

10) Nagrody

Charakter, oraz ew. wysokość nagród zostanie podana w późniejszym terminie.

11) Bezpieczeństwo

- Uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność, a w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą rościć żadnych pretensji wobec Organizatorów.
- W przypadku rezygnacji z zawodów w trakcie ich trwania należy niezwłocznie powiadomić o tym fakcie organizatora. W przeciwnym wypadku zawodnik będzie obciążony kosztami ewentualnej akcji poszukiwawczej.
- Przystępując do Zawodów każdy Uczestnik deklaruje, iż jego stan zdrowia pozwala na uczestniczenie w tego rodzaju aktywności fizycznej.
- W razie kontuzji, wypadku lub uszkodzenia ciała, należy zadzwonić pod podany w trakcie rejestracji numer awaryjny i oczekiwać na przyjazd ratowników po podaniu przybliżonej lokalizacji.
- Każdy uczestnik, widząc innego zawodnika, który potrzebuje pomocy, zobowiązany jest udzielić mu pomocy w możliwym wymiarze oraz powiadomić telefonicznie Organizatora o miejscu zdarzenia, rodzaju kontuzji oraz numerze zawodnika.
- Uczestnicy zobowiązują się do zachowania szczególnej ostrożności przy przekraczaniu dróg asfaltowych i torów, podczas poruszania się drogami asfaltowymi oraz do bezwzględnego podporządkowania się oznaczeniom ostrzegawczym Organizatora i poleceniom Policji oraz służby porządkowej Organizatora. Przy poruszaniu się drogami publicznymi zawodnicy zobowiązują się do poruszania się chodnikiem/ścieżką rowerową, a w drugiej kolejności lewym poboczem. Jeśli nie ma takiej możliwości należy poruszać się lewą stroną drogi i
- ustępować pojazdom poruszającym się po drodze.
- W przypadku rezygnacji z zawodów organizator nie zapewnia transportu do bazy.

12) Postanowienia końcowe

- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w Regulaminie Zawodów.
- Informacje o zmianach w Regulaminie będą zamieszczane na stronie internetowej Zawodów i FB
- W razie dyskwalifikacji zawodnikom nie przysługuje zwrot wpisowego.
- Każdy zawodnik decydując się na udział w Zawodach oświadcza, że rozumie ewentualne zagrożenia dla zdrowia i życia, jakie pociąga za sobą uczestnictwo w długodystansowym biegu terenowym.
- Jednocześnie zawodnik przyjmuje odpowiedzialność za wszelkie uszczerbki na zdrowiu powstałe w trakcie uczestnictwa, a niewynikające z zaniedbań Organizatora.
- Uczestnicy Zawodów zezwalają na publikację swojego wizerunku w materiałach dotyczących Zawodów, tj. w szczególności w relacjach z Zawodów oraz materiałach promocyjnych. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych w zakresie niezbędnym do prawidłowego przeprowadzenia Zawodów. Dane osobowe uczestników Zawodów nie będą przekazywane osobom trzecim.
- Wszelkie sytuacje sporne rozstrzyga Organizator lub Sędzia Główny.
- Zapisanie się na bieg jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.