

REGULAMIN IMPREZY 2. ULTRAMARATON KASZUBSKA PONIEWIERKA

1. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1.1. Ultramaraton Kaszubska Poniewierka oraz bieg Kaszubska Poniewierka 30 mają charakter dobrowolnego, indywidualnego, długodystansowego biegu przełajowego o charakterze górskim.

1.2. Na potrzeby niniejszego dokumentu przyjmuje się za wiążące następujące definicje:

1.2.1 Bieg – łącznie rozumiane: Ultramaraton Kaszubska Poniewierka oraz bieg Kaszubska Poniewierka 30, dalej również łącznie jako Impreza,

1.2.2 Uczestnik – osoba pełnoletnia, podejmująca dobrowolnie i świadomie udział w Biegu i akceptująca jego regulamin,

1.2.3 Organizator – Stowarzyszenie „Aktywni w Trójmieście” z siedzibą w Gdańsku

1.2. 4 Regulamin – przepisy i ustalenia stworzone przez Organizatora i obowiązujące w trakcie Biegu, a także określające sposoby i warunki zgłaszania woli uczestnictwa w Biegu, sposób przeprowadzenia biegu oraz ewaluację wyników sportowych.

2. CEL IMPREZY

2.1 Promocja regionu Kaszub i Pomorza w Polsce i na świecie,

2.2 Wyłonienie najlepszych zawodników wymagających biegów o charakterze górskim,

2.3 Propagowanie zdrowego stylu życia,

2.4 Promocja biegania jako formy aktywnej turystyki,

2.5 Edukacja ekologiczna, podnoszenie wrażliwości na kwestię przyrody.

3. ORGANIZATOR

3.1 Organizatorem Biegu jest stowarzyszenie „Aktywni w Trójmieście” z siedzibą w Gdańsku

3.2 Adres e-mail: kontakt@kaszubskaponiewierka.pl

4. DYSTANS

4.1 Impreza odbędzie się na dwóch dystansach:

- Ultramaraton Kaszubska Poniewierka: 100km (+2200m/-2300m)

Profil trasy: <http://tracedetrail.fr/en/trace/trace/22219>

- Kaszubska Poniewierka 30: 30km (+860m/-930m)

Profil trasy: <http://tracedetrail.fr/en/trace/trace/22217>

4.2 Trasa obu dystansów będzie przebiegać w większości ścieżkami leśnymi i drogami gruntowymi oraz krótkimi odcinkami utwardzonymi.

4.3 Trasa obu dystansów będzie oznaczona taśmami. Dodatkowo, w newralgicznych miejscach Organizator dopuszcza dodatkowe oznakowanie w postaci strzałek i oznakowania świetlnego.

4.4 Na trasie Ultramaratonu Kaszubska Poniewierka zlokalizowane zostaną 4 punkty odżywcze oraz 1 „przepak”:

- 30km Kartuzy, ławka Assesora (punkt odżywczy)
- 52km Skrzyszewo, Świetlica (punkt odżywczy + „przepak”)
- 71km Gdańsk, Decathlon Kartuska (punkt odżywczy)
- 85km Gdańsk, Dolina Radości (punkt odżywczy - wspólny dla dystansów 100km/30km)

4.5 Na trasie Kaszubskiej Poniewierki 30 do dyspozycji Uczestników będzie punkt odżywczy w Dolinie Radości na 15km.

4.6 Ukończenie Biegu Ultramaraton Kaszubska Poniewierka 100km gwarantuje uzyskanie 4 punktów kwalifikacyjnych do biegu Ultra-Trail du Mont-Blanc® (2 punkty w starej klasyfikacji). Ponadto Uczestnik otrzymuje 1 punkt kwalifikacyjny do Biegu Granią Tatr 2017.

5. TERMIN I MIEJSCE

5.1 Miejsce startu Ultramaratonu Kaszubska Poniewierka znajdować się będzie w Wieżycy; start odbędzie się 17.09.2016r. o godzinie 3:00 rano na terenie Centrum Aktywnego Wypoczynku Wieżyca-Koszałkowo.

5.2 Start Biegu Kaszubska Poniewierka 30 odbędzie się 17.09.2016 r. w Gdańsku o godzinie 10:00 na terenie parkingu Decathlon Kartuska.

5.3 Meta obu biegów znajdować się będzie na Stadionie Leśnym w Sopocie, ul. Wybickiego 48 (górna płyta).

5.4 Baza zawodów na obu dystansach zlokalizowana będzie w Sopocie, na stadionie leśnym ul. Wybickiego 48 (górna płyta).

5.5 Organizator przewiduje możliwość odbioru pakietów startowych w miejscu startu (odpowiednio dla każdego z biegów) w dniu Biegu, zgodnie z punktem 5.6, oraz 15.09 w punkcie odbioru pakietów zlokalizowanym w Gdańsku, ul. Moniuszki 4 w godzinach 17:00 – 20:00.

5.6 Organizator będzie wydawał pakiety startowe w dniu Biegu:

- dla Uczestników Biegu Ultramaraton Kaszubska Poniewierka w Biurze Zawodów w Wieżycy – Koszałkowie w 16.09 godzinach 18:00 – 23:00 oraz 17.09 w godzinach 01:00 – 02:00
- dla Uczestników Biegu Kaszubska Poniewierka 30 w Biurze Zawodów zlokalizowanym przy sklepie Decathlon Kartuska, ul. Szczęśliwa 1 w dniu 17.09 w godzinach 8:00 – 09:15.

5.7 W celu weryfikacji tożsamości Uczestnika będzie on poproszony o okazanie dowodu osobistego lub innego dokumentu stwierdzającego tożsamość.

6. LIMITY CZASOWE

6.1 Na dystansie Ultramaratonu Kaszubska Poniewierka obowiązują następujące limity czasowe:

- Na 30km (Kartuzy) – 4:15h (wyjście z punktu nie później niż 7:15)
- Na 52km (Skrzyszewo) – 7h 30min (wyjście z punktu nie później niż 10:30)
- Na 71km (Gdańsk Decathlon Kartuska) – 11h (wyjście z punktu nie później niż 14:00)
- Na 100km (Sopot – Stadion Leśny) 17h – (zamknięcie mety o godzinie 20:00)

6.2 Na dystansie Kaszubska Poniewierka 30 obowiązuje limit czasowy 5h 30min (zamknięcie mety o godzinie 15:30)

7. DEPOZYTY I TRANSPORT RZECZY NA METĘ

7.1 Uczestnicy Ultramaratonu Kaszubska Poniewierka mają możliwość złożenia depozytów, do których będą mieli dostęp na mecie oraz na punkcie przepakowym (limit 5kg). Organizator zapewnia także możliwość transportu rzeczy z miejsca startu na metę w Sopocie.

7.2 Organizator zapewnia transport rzeczy na metę dla Uczestników Biegu Kaszubska Poniewierka 30. Wprowadza się limit wagowy 5kg.

8. ZGŁOSZENIA, LIMITY UCZESTNIKÓW I OPŁATA STARTOWA

8.1 Zgłoszenia przyjmowane są od 06.03.2016r. za pośrednictwem formularza dostępnego na stronie: <https://elektronicznezapisy.pl/event/324.html> do osiągnięcia limitów opłaconych uczestników.

8.2 Po zarejestrowaniu zgłoszenia dane Uczestnika zostaną opublikowane na liście zgłoszeń, na co Uczestnik wyraża zgodę poprzez dokonanie zgłoszenia. Ponadto po zarejestrowaniu zgłoszenia Uczestnik będzie zobowiązany wpłacić wpisowe w wysokości określonej w formularzu zgłoszeniowym.

8.3 Organizator nie zwraca opłaty wpisowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w zawodach. Ponadto w powyższych sytuacjach Organizator nie zalicza wpisowego na inne/kolejne zawody.

8.4 Istnieje możliwość przekazania opłaty startowej innemu Uczestnikowi nie później niż do 15 sierpnia 2016 r. Po tym terminie nie ma możliwości dokonania jakichkolwiek zmian. Taka wymiana musi być dokonana osobiście pomiędzy zainteresowanymi i przez nich potwierdzona Organizatorowi.

8.5 Skrócenie, zmiana przebiegu trasy lub zawodów oraz odwołanie trasy lub Biegu (w części lub całości) w czasie ich trwania nie stanowi podstawy do zwrotu wpisowego.

8.6 W przypadku odwołania przez Organizatora Biegu (w części lub całości) przed jego rozpoczęciem Uczestnikom przysługuje zwrot wpisowego.

8.7 Opłata wpisowego może być dokonywana za pośrednictwem platformy Dotpay podłączonej pod formularz zgłoszeniowy oraz wpłat gotówkowych w przypadku opłaty w Biurze Zawodów lub innym miejscu wskazanym przed Biegiem przez Organizatora.

8.8 Organizator nie ponosi odpowiedzialności za terminy realizacji płatności, a wiążąca jest data wpływu wpisowego do Organizatora.

8.9 Organizator przewiduje następujące limity Uczestników:

- 250 na dystansie 100km (w tym 20 miejsc do dyspozycji Organizatora)
- 300na dystansie 30km (w tym 20 miejsc do dyspozycji Organizatora)

8.10 Wysokości opłat:

- **Zgłoszenie w okresie 2016.03.04 - 2016.04.30**

100km 100.00 PLN
30km 50.00 PLN

▪ **Zgłoszenie w okresie 2016.05.01 - 2016.07.31**

100km 120.00 PLN
30km 60.00 PLN

▪ **Zgłoszenie w okresie 2016.08.01 - 2016.09.14**

100km 150.00 PLN
30km 80.00 PLN

- **Zgłoszenie w okresie 2016.09.16 - 2016.09.17** – przy czym w tym przypadku jedynie opłata w Biurze Zawodów lub innym miejscu wskazanym przed Biegiem przez Organizatora (pod warunkiem, że limit miejsc nie zostanie wyczerpany wcześniej).

100km 200.00 PLN
30km 100.00 PLN

Każdorazowo w przypadku rejestracji na miejscu, Organizator nie gwarantuje wszystkich świadczeń w pakiecie.

9. UCZESTNICY

9.1 Start w zawodach ma charakter dobrowolny.

9.2 Każdy Uczestnik startuje w zawodach na własną odpowiedzialność. W Biegu mogą uczestniczyć jedynie osoby, które są w odpowiednim stanie zdrowia, w szczególności wymaganym dla zawodów takich jak Bieg. Każdy Uczestnik dokonuje oceny swojego stanu zdrowia we własnym zakresie.

9.3 Każdy Uczestnik Biegu, najpóźniej w dniu startu musi mieć ukończone 18 lat.

9.4 Każdy Uczestnik przyjmuje do wiadomości i akceptuje fakt, iż udział w Biegu wiąże się z ponadprzeciętnym wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko sportowe, zagrożenie wypadkami, w tym w związku z faktem, iż trasa Biegu w dużej mierze prowadzi przez las, a także możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych, w tym śmierci.

9.5 Każdy Uczestnik przed przystąpieniem do zawodów składa Organizatorowi osobiście pisemne oświadczenie o braku jakichkolwiek przeciwwskazań zdrowotnych do startu w zawodach i o starcie wyłącznie na własną odpowiedzialność, według wzoru Organizatora, dostępnego na wniosek Uczestnika w drodze e-mailowej oraz w biurze zawodów. Złożenie takiego oświadczenia jest warunkiem uczestnictwa w zawodach – Organizator może odmówić udziału w zawodach w przypadku braku złożenia oświadczenia.

9.6 Przez zarejestrowanie udziału w Biegu, Uczestnik tym samym oświadcza, iż zrzeka się roszczeń odnośnie dochodzenia odszkodowania od Organizatora w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu czy odszkodowania z innego tytułu, w związku z Biegiem.

9.7 Wszyscy Uczestnicy zobowiązują się przestrzegać zasad ustalonych przez Organizatora i bezwzględnie stosować się do jego poleceń jak i poleceń osób przez Organizatora wyznaczonych.

9.8 Podczas obowiązkowej odprawy dla Uczestników Ultramaratonu Kaszubska Poniewierka, przed startem Uczestnicy zostaną poinformowani o możliwych szczególnych niebezpieczeństwach na trasie.

9.9 Organizator wyda krótki komunikat dla Uczestników biegu Kaszubska Poniewierka 30 tuż przed startem, informując w podstawowym zakresie o warunkach na trasie.

9.10 Każdy Uczestnik dokonując zapisu na Bieg wyraża zgodę na nieodpłatną publikację wizerunku, danych osobowych i wyników sportowych, w tym w relacjach z Biegu zamieszczonych w mediach, a także w reklamach, materiałach promocyjnych Organizatora, partnerów, patronów medialnych i sponsorów – w tym na stronach www i w mediach społecznościowych.

9.11 Organizator przewiduje możliwość uczestnictwa z psem, z zastrzeżeniem właściciela powinien być zaopatrzony w uprząż (ze względu na zwierzęta w lesie, kwestie bezpieczeństwa na drodze etc.) oraz zachować szczególną uwagę, aby pies nie powodował zagrożenia bezpieczeństwa innych Uczestników Biegu.

9.12 Uczestnikiem może być osoba, która spełni następujące warunki:

- Wypełni formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie zapisów Biegu lub dokona osobistego zgłoszenia w Biurze Zawodów lub w innym wskazanym przez Organizatora miejscu (podczas rejestracji przed startem – o ile pozostaną miejsca). Zgłoszenie wygasa w przypadku braku wpłaty wpisowego w wynikającym z Regulaminu terminie.
- Wpłaci wpisowe przed startem w wysokości zgodnej z Regulaminem, w terminie przewidzianym w Regulaminie. Potwierdzenie opłaty startowej należy zachować do wglądu podczas rejestracji w Biurze Zawodów.
- Złoży czytelny podpis na Oświadczeniu przed startem,
- Po przybyciu na miejsce startu zawodów zgłosi się do Biura Zawodów w celu potwierdzenia startu (osobiście z dowodem tożsamości).

9.13 Potwierdzeniem uczestnictwa jest nadanie numeru startowego zawodnikowi.

9.14 Uczestnicy zawodów ubezpieczają się, w szczególności od NNW, we własnym zakresie.

10. ZASADY OBOWIĄZUJĄCE NA TRASIE

10.1 Każdy Uczestnik zobowiązany jest poruszać się samodzielnie i nieść cały potrzebny mu na czas Biegu bagaż, własnoręcznie, bez używania jakichkolwiek środków transportu i pomocy osób trzecich.

10.2 Uczestnicy Biegu mogą korzystać z punktów żywieniowych zapewnionych przez Organizatora.

10.3 Uczestnicy mogą we własnym zakresie i na swój koszt dokonywać zakupów w sklepach usytuowanych przy trasie Biegu.

10.4 Rozmieszczenie punktów żywieniowych wraz ze wskazaniem produktów dostępnych dla Uczestników, zostanie zamieszczone w szczegółowym opisie trasy.

10.5 Uczestnicy obu biegów bezwzględnie przez cały czas uczestnictwa w Biegu zobowiązani są posiadać:

- naładowany telefon komórkowy, z którego istnieje możliwość wykonywania połączeń, a którego to telefonu numer zostanie przekazany Organizatorowi przed rozpoczęciem Biegu,
- dowód osobisty lub paszport,
- czip do pomiaru czasu dostarczony w pakiecie startowym,
- numer startowy przypięty w widocznym miejscu z przodu,

Dodatkowo Uczestnicy Biegu Ultramaraton Kaszubska Poniewierka zobowiązani są posiadać:

- urządzenie emitujące własne światło (czołówka / latarka),
- kubek wielorazowy (na punktach żywieniowych Organizator nie zapewnia kubków, plastikowych)
- mapę z trasą biegu dostarczoną w pakiecie startowym.

10.6 Oprócz wyposażenia obowiązkowo Organizator zaleca posiadanie:

- folia NRC,
- plecak biegowy /nerka,
- bukłak lub bidon/bidony o łącznej pojemności co najmniej 1 litra,
- strój dopasowany do warunków atmosferycznych,
- ok 20 PLN w gotówce na wypadek nagłej potrzeby zakupu czegoś w sklepie na trasie Biegu.

10.6 Na całej trasie Biegu obowiązuje kategoryczny zakaz rozpalania ognisk, w tym w szczególności w lesie i jego pobliżu.

10.7 Na całej trasie zawodów obowiązuje zakaz biwakowania (organizowania odpoczynku). Biwakowanie dozwolone jest wyłącznie w miejscach wskazanych przez Organizatora (punkty żywieniowe). Biwakowanie na terenach prywatnych przylegających do trasy Biegu odbywa się na wyłączną odpowiedzialność Uczestnika.

10.8 Na całej trasie Biegów obowiązuje kategoryczny zakaz poruszania się po uprawach rolnych, szkółkach leśnych i terenach prywatnych, chyba że przez takie tereny biegnie wyraźnie wyznaczona trasa.

10.9 Na całej trasie Biegu obowiązuje nakaz przestrzegania zasad poruszania się po drogach, stosownie od postanowień ustawy z dnia 20 czerwca 1997r. Prawo o Ruchu Drogowym (Dz. U. 2012.1137 t. j.). Zawodnik jest zobowiązany do najwyższej ostrożności przy przechodzeniu/przebieganiu przez drogę dostępną dla samochodów lub biegu wzdłuż takiej drogi.

10.10 Na trasie Biegu, a w szczególności na terenach leśnych, obowiązuje nakaz stosowania się do ogólnych zasad ochrony przyrody. W szczególności zabrania się pozostawiania jakichkolwiek przedmiotów na trasie (wszelkie śmieci należy zabrać ze sobą lub zostawić w punktach kontrolnych) oraz zakłócania ciszy. W przypadku naruszenia zapisów tego punktu Organizatorowi przysługuje prawo dyskwalifikacji Uczestnika.

10.11 Numery telefonów (numery ratunkowe oraz telefon do Organizatora) znajdować się będą na numerze startowym.

10.12 Jeśli w trakcie zawodów dojdzie do niebezpiecznej sytuacji lub zdarzenia, a telefony komórkowe tracić będą zasięg i niemożliwe stanie się skontaktowanie z Organizatorem lub odpowiednimi służbami, Uczestnik zobowiązany jest używać innych środków celem wezwania pomocy. Każdy Uczestnik jest zobligowany do niezwłocznego zawiadomienia Organizatora o zaistniałym zdarzeniu.

10.13 Każdy Uczestnik zobowiązany jest do udzielenia pomocy innemu Uczestnikowi w razie wypadku. Nieudzielenie pomocy innemu Uczestnikowi skutkuje bezwzględną dyskwalifikacją.

10.14 Na trasie biegu będą obecni sędziowie sprawdzający czy dany Uczestnik przebiegł przez określony punkt na trasie.

10.15 Numer startowy Uczestnika musi być przymocowany w widocznym miejscu przez cały czas trwania Biegu, tak aby sędziowie byli w stanie go łatwo odczytać.

10.16 Punkty żywieniowe będą otwarte od startu Biegu do momentu, kiedy na trasie przed danym punktem nie będzie już żadnego Uczestnika, a także piętnaście minut po tym jak ostatni z Uczestników opuści punkt żywieniowy, nie dłużej jednak niż limit czasowy wskazany w wyznaczonym dla miejsca poprzedzającego położenie danego punktu żywieniowego.

10.17 Ze względu na bezpieczeństwo Uczestników oraz przewidywany czas, w jakim Uczestnicy powinni dotrzeć do mety, tak aby się zmieścić w limicie czasowym dla Biegu, na punktach żywieniowych obowiązują limity czasu. Przekroczenie limitu czasu wskazanego dla danego punktu żywieniowego powoduje automatyczne zakończenie rywalizacji dla Uczestnika. Każdy Uczestnik niemieszczący się w limicie czasu musi oddać numer obsłudze punktu i zejść z trasy w punkcie żywieniowym. Po upływie limitu czasu dla danego punktu, będzie on zamykany.

10.18 Każdy Uczestnik ma bezwzględny obowiązek poinformować Organizatora o rezygnacji z kontynuowania biegu. Informacja może być przekazana telefonicznie lub poprzez SMS, na podany przez Organizatora numer telefonu kontaktowego.

10.19 W przypadku uchybienia przez Uczestnika obowiązkowi poinformowania Organizatora o rezygnacji z biegu i zejściu z trasy, Uczestnik zostanie obciążony kosztami akcji poszukiwawczej podjętej przez współpracujące z Organizatorem służby zabezpieczające trasę oraz zobowiązany do naprawienia szkód Organizatora i innych osób.

10.20 Pomoc medyczna ma prawo do wyłączenia Uczestnika z Biegu. Taka decyzja jest ostateczna.

10.21 Na trasie dopuszczalne jest tylko korzystanie z żeli, batonów lub innych odżywek, których opakowania zostaną wyraźnie i trwale (np. flamastrem) oznaczone numerem startowym zawodnika. Zawodnik wyraża zgodę, aby okazać powyższe produkty na prośbę Organizatora (lub jego przedstawiciela).

11. POGODA

11.1 Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

11.2 Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania Biegu w przypadku zaistnienia warunków atmosferycznych lub stanów pogodowych zagrażających życiu, zdrowiu lub bezpieczeństwu Uczestników.

12. ŚWIADCZENIA, PAKIET STARTOWY

12.1 Organizator zapewnia każdemu Uczestnikowi:

- Start w zawodach oraz obsługę trasy,
- Obsługę sędziowską,
- Elektroniczny pomiar czasu na mecie,
- Mapę z zaznaczoną trasą biegu oraz szczegółowy opis, które zostaną przekazane Uczestnikowi w pakiecie startowym,
- pomoc medyczną (w czasie trwania biegu),
- Numer startowy, który należy umieścić w widocznym miejscu z przodu w celu zapewnienia bezpieczeństwa i kontroli w trakcie biegu,
- Medal potwierdzający ukończenie zawodów dla osób, które ukończą bieg w określonym limicie czasu,
- napoje i lekkie przekąski w punktach żywieniowych (szczegółowa lista produktów dostępnych na takich punktach zostanie opublikowana do końca sierpnia 2016r.),
- nagrody rzeczowe co najmniej dla trzech najlepszych Uczestników na każdym z dystansów,
- obsługę fotograficzną Biegu,
- inne świadczenia w miarę możliwości finansowych Organizatora.

12.2 W przypadku dokonania opłaty za Bieg w terminie późniejszym niż 31.08.2016r., Organizator nie gwarantuje kompletnego zestawu startowego.

13. ZAKWATEROWANIE

13.1 W ramach wpisowego, wyłącznie dla Uczestników Ultramaratonu Kaszubska Poniewierka, Organizator zapewnia możliwość noclegu w warunkach turystycznych na Sali gimnastycznej w pobliżu startu zawodów w Zespole Kształcenia i Wychowania w Szymbarku, ul. Szkolna 1.

13.2 Organizator nie zapewnia zakwaterowania na mecie Ultramaratonu,

13.3 Organizator nie zapewnia zakwaterowania dla Uczestników biegu Kaszubska Poniewierka 30.

14. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

14.1 Powyższe przepisy określają zasady przeprowadzenia Ultramaratonu Kaszubska Poniewierka oraz biegu Kaszubska Poniewierka 30.

14.2 Regulamin obowiązuje wszystkie osoby i instytucje związane z biegiem, w tym Organizatora i Uczestników.

14.4 Przepisy Regulaminu mogą ulec zmianie, a zmiany zostaną opublikowane na oficjalnej stronie internetowej zawodów. Informacja o zmianie w zapisach regulaminu będzie także zakomunikowana na stronie Facebook biegu i będzie wiążąca dla Uczestników. W przypadku braku

akceptacji takiej zmiany, Uczestnik jest uprawniony do odstąpienia w terminie 5 dni od przekazania Organizatorowi oświadczenia w formie pisemnej o braku akceptacji danej zmiany.

14.5 Zgłoszenie zapisu do Biegu oznacza równocześnie wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych Uczestnika do celów związanych z realizacją Biegu, w szczególności w zakresie zapisów, przygotowania pakietów startowych, podania wyników, informacji dotyczących biegu podawanych na portalach społecznościowych.

14.6 Przypadki nieuwzględnione w niniejszym Regulaminie rozstrzyga Organizator.

14.7 Naruszenie postanowień Regulaminu skutkować może dyskwalifikacją Uczestnika.