

Regulamin Rajdu na Orientację Pazur Gryfa 18-19 marca 2023

1. Rajd na Orientację „Pazur Gryfa” jest rajdem sportowo-turystycznym.

2. Cele Rajdu:

- potwierdzenie umiejętności nawigacyjnych wśród uczestników,
- sprawdzenie granic własnej wytrzymałości i odporności psychicznej,
- popularyzacja turystycznych imprez na orientację, jako doskonałej formy aktywnego wypoczynku
- popularyzacja walorów turystyczno – edukacyjnych Nadleśnictwa Sławno
- wyłonienie Mistrzów Polski Lekarzy w Rajdach na Orientację
- integracja sympatyków turystyki.

3. Baza rajdu i termin.

Ośrodek Dwie Wieże , 76-113 Chudaczewko, Chudaczewko 1, powiat sławieński, województwo zachodniopomorskie.

Rajd odbędzie się w dniach 18-19 marca 2023 roku.

4. Zespół Organizacyjny:

- Słupskie Towarzystwo Osób Pozytywnie Aktywnych STOPA Słupsk

Kierownictwo Rajdu – Sławomir Ćwirko, Sebastian Zabielski

- budowniczy trasy TP50, TP25 i TP12 – Sebastian Zabielski

- budowniczy trasy TR120, TRb50 i sędzia główny – Sławomir Ćwirko

5. Trasy:

– Trasa piesza TP12 (ok.12 km) – trasa dla mało zaawansowanych, rodzin i młodzieży. Można startować w drużynach.

– Trasa piesza TP25 (ok.25 km) – trasa dla średnio zaawansowanych. **W ramach tej trasy zostaną przeprowadzone Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pieszych Rajdach na Orientację na 25km**

– Trasa piesza TP50 (ok. 50 km), trasa trudna i długa, przeznaczona dla zaawansowanych uczestników imprez na orientację, zaliczana do Pucharu Polski w Pieszych Maratonach na Orientację. **W ramach tej trasy zostaną przeprowadzone Mistrzostwa Polski Lekarzy w Pieszych Rajdach na Orientację na 50km**

– Trasa rowerowa TR120 (ok. 120 km) – trasa trudna, przeznaczona dla doświadczonych i wytrzymałych rowerzystów, zaliczana do Pucharu Polski w Maratonach Rowerowych na Orientację.

– Trasa rowerowa TR50 (ok. 50 km) – trasa średnio trudna, przeznaczona dla mniej wytrzymałych rowerzystów. **W ramach tej trasy zostaną przeprowadzone Mistrzostwa Polski Lekarzy w Rowerowych Rajdach na Orientację.**- Na tej trasie zostanie też rozegrana dogrywka dla zawodników TR120 walczących o nagrody pieniężne.

6. Program zawodów

17 marca 2023 (piątek)

17:00 – Przyjmowanie uczestników w bazie rajdu

18 marca 2023 (sobota)

06:00 – Przyjmowanie uczestników, praca sekretariatu rajdu.

06:45 – Odprawa techniczna – trasa TP50 i Mistrzostwa Polski Lekarzy na 50km.

07:00 – start trasy TP50.

07:15 – Odprawa techniczna – trasa TR120

07:30 – start trasy TR120 .

09:45 – odprawa techniczna trasy TP12

10:00 – start trasy TP12

15:30 – limit czasu TP12

16:00 – zamknięcie mety trasy TP12

19:00 – limit czasu TP50 i TR120

19:30 - Zamknięcie mety trasy TP50 i TR120

19 marca 2023 (niedziela)

07:45 – odprawa trasy TP-25 i MPL

08:00 – start trasy TP-25 i MPL

08:45 – odprawa trasy TR50

09:00 – start trasy TR50 i MPL

15.00 – limit czasu obu tras

15.30 – zamknięcie mety obu tras

16.30 – opuszczenie bazy

7 . **Oплата startowa:**

Trasy TP50, TR120 – 70 zł

Trasa TP25, TR50 – 60 zł (za darmo dla uczestników TP50 i TR120). Dzieci i młodzież do lat 16 – 30 zł

Trasa TP12 - 40 zł, Dzieci i młodzież do lat 16 – 20 zł

Dla członków Okręgowej Izby Lekarskiej w Koszalinie – start bez opłat.

Wpłata wpisowego – tylko **gotówką** w bazie rajdu!

8. **Zapisy**

Od 1 lutego 2023 do 17 marca 2023 – elektroniczne, linki poniżej. Po 17 marca 2023 – w biurze zawodów.

Link do zapisów: <https://elektronicznezapisy.pl/event/7915/strona.html>

9. **Zasady rywalizacji**

I. Podstawową zasadą na Trasie Pieszej **TP 12** (ok. 12 km) jest zaliczenie jak największej ilości PK (Punktów Kontrolnych) w limicie czasowym **5,5 godzin** i pokonując pieszo całą trasę (ok. 12 km). Po regulaminowym czasie możliwe jest ukończenie trasy w tzw. limicie spóźnień wynoszącym 30 min od

czasu końcowego. Po upływie limitu spóźnień lub zamknięciu mety zawodnik lub drużyna jest nieklasyfikowany(NKL). O kolejności decyduje najpierw liczba zaliczonych PK, a potem czas przebycia trasy. W przypadku przekroczenia regulaminowego limitu czasu w tzw. limicie spóźnień za każdą rozpoczętą minutę odejmuje się 0,5 PK.

II. Podstawową zasadą na Trasie Pieszej TP 25 (ok. 25 km) jest zaliczenie jak największej ilości PK (Punktów Kontrolnych) w limicie czasowym 7 godzin i pokonując pieszo całą trasę (ok. 25 km). Po regulaminowym czasie możliwe jest ukończenie trasy w tzw. limicie spóźnień wynoszącym 30 min od czasu końcowego. Po upływie limitu spóźnień lub zamknięciu mety zawodnik jest nieklasyfikowany(NKL). O kolejności decyduje najpierw liczba zaliczonych PK, a potem czas przebycia trasy. W przypadku przekroczenia regulaminowego limitu czasu w tzw. limicie spóźnień za każdą rozpoczętą minutę odejmuje się 0,5 PK. ***W ramach tej trasy zostaną przeprowadzone Mistrzostwa Polski Lekarzy na 25km, na tych samych zasadach***

III. Podstawową zasadą na Trasie Pieszej TP50 (50 km) jest zaliczenie jak największej ilości PK w limicie czasowym 12 godzin i pokonując pieszo całą trasę (ok. 50km). Po regulaminowym czasie możliwe jest ukończenie trasy w tzw. limicie spóźnień wynoszącym 30 min od czasu końcowego. Po upływie limitu spóźnień lub zamknięciu mety zawodnik jest nieklasyfikowany(NKL). O kolejności decyduje najpierw liczba zaliczonych PK, a potem czas przebycia trasy. W przypadku przekroczenia regulaminowego limitu czasu w tzw. limicie spóźnień za każdą rozpoczętą minutę odejmuje się 0,5 PK . ***W ramach tej trasy zostaną przeprowadzone Mistrzostwa Polski Lekarzy na 50km, na tych samych zasadach***

IV. Podstawową zasadą na Trasie Rowerowej **TR120** (120 km) jest zaliczenie jak największej ilości PK w limicie czasowym **11,5 godziny**. Limit spóźnień – 30 minut. Po upływie 30 minut lub po zamknięciu mety zawodnik jest automatycznie zdyskwalifikowany! . O kolejności decyduje najpierw liczba zaliczonych PK, a potem czas przebycia trasy. W przypadku przekroczenia regulaminowego limitu czasu w tzw. limicie spóźnień za każdą rozpoczętą minutę odejmuje się 0,5 PK.

V. Podstawową zasadą na Trasie Rowerowej **TR50** (50 km) jest zaliczenie jak największej ilości PK w limicie czasowym **6 godzin**. Limit spóźnień – 30 minut. Po upływie 30 minut lub po zamknięciu mety zawodnik jest automatycznie zdyskwalifikowany! . O kolejności decyduje najpierw liczba zaliczonych PK, a potem czas przebycia trasy. W przypadku przekroczenia regulaminowego limitu czasu w tzw. limicie spóźnień za każdą rozpoczętą minutę odejmuje się 0,5 PK. ***W ramach tej trasy zostaną przeprowadzone Rowerowe Mistrzostwa Polski Lekarzy na 50km, na tych samych zasadach***

Na trasie TR50 zostanie również rozegrana dogrywka dla zawodników TR120 walczących o nagrody pieniężne. O klasyfikacji dogrywki decyduje w pierwszej kolejności łączna liczba odnalezionych PK z obu tras, w drugiej kolejności czas przejazdu obu tras. Na prośbę zawodników czołówka TR120 może zostać wypuszczona metodą Gundersena, z zachowaniem przewagi czasowej z TR120. Zwycięzcy dogrywki otrzymają nagrody finansowe.

VI. Organizatorzy na starcie dostarczają kolorową mapę topograficzną z zaznaczonymi Punktami w skali 1: 50 000

VII. Używanie urządzeń GPS i map innych niż te dostarczone przez organizatorów jest zabronione. Używanie niedozwolonych map równoznaczne jest z dyskwalifikacją (dozwolona jest możliwość zapisu śladu trasy przez urządzenia elektroniczne schowane w czasie rajdu np. w plecaku – używanie ich do lokalizacji w trakcie zawodów równa się dyskwalifikacji). Dopuszcza się posiadanie zegarka z

GPS ale tylko do zapisu śladu trasy. Używanie go wraz z mapą elektroniczną jest niedopuszczalne i równa się dyskwalifikacji.

VIII. Uczestnicy mogą zaliczać PK w kolejności dowolnej (tzw. scorelauf) zgodnie z otrzymaną mapą i opisem trasy. Długość tras pieszych i rowerowych jest liczona wzdłuż najkrótszego wariantu pokonania trasy, po istniejących drogach, ścieżkach i innych elementach liniowych na mapie, (nie jest to odległość w linii prostej między PK).

IX. Punktem Kontrolnym w terenie jest biało-czerwony lampion (2D lub 3D) umiejscowiony na drzewie lub innym charakterystycznym miejscu (np. płot, ambona, mur, most) posiadający własny kod i perforator. Dodatkowo, jako zabezpieczenie, na drzewie z lampionem (lub miejscu w sąsiedztwie PK) będzie kod napisany jaskrawym sprayem.

X. Warunkiem potwierdzenia obecności na PK jest perforacja odpowiedniego pola na karcie startowej odpowiadającemu danemu PK. W przypadku braku perforatora lub lampionu należy wpisać długopisem kod (zaznaczony sprayem w okolicy PK np. na drzewie) w odpowiednie pole karty startowej lub wykonać zdjęcie. W przypadku pomyłki w zapisie PK w odpowiedniej rubryce, na karcie startowej będzie wskazane miejsce na wpis poprawkowy (rezerwowy). Wówczas należy tam wpisać odpowiedni nr PK i kod. Potwierdzenia na karcie startowej uczestnik ma obowiązek dokonać we własnym zakresie.

XI. Warunkiem sklasyfikowania startującego jest odnalezienie i potwierdzenie przynajmniej jednego PK w kolejności dowolnej w przedziale czasu przewidzianym przez organizatorów.

XII. O klasyfikacji uczestnika decyduje w pierwszej kolejności większa liczba PK, a potem czas przebycia trasy.

XIII. W przypadku przekroczenia regulaminowego limitu czasu w tzw. limicie spóźnień (30 min po regulaminowym czasie) za każdą rozpoczętą minutę odejmuje się 0,5 PK.

XIV. W przypadku, gdy uczestnik zostanie zwieziony z trasy przez organizatora zostaje nieklasyfikowany. (NKL)

XV. Wszystkie trasy rozgrywane są w formie indywidualnej, oprócz TP12, w której startują drużyny.

XVI. Utrata karty startowej powoduje nieklasyfikowanie uczestnika.

10 .Nagrody:

Trasa TP50 – nagrody finansowe w wysokości co najmniej 30% wpływów z trasy: – I miejsce – 15%, II miejsce 10%, III miejsce – 5 %. Bez względu na płeć.

Trasa TR120 – nagrody upominki dla pierwszej trójki bez względu na płeć.

Na TP-25 organizator przewiduje nagrody rzeczowe za pierwsze trzy miejsca bez względu na płeć.

Trasa TR50 – nagrody upominki dla pierwszej trójki bez względu na płeć.

Dogrywka TR50 - nagrody finansowe dla pierwszej trójki klasyfikacji łącznej (TR120 + TR50) w wysokości co najmniej 30% wpływów z tras: – I miejsce – 15%, II miejsce 10%, III miejsce – 5 %. Bez względu na płeć.

Mistrzostwa Polski Lekarzy- puchary dla najszybszych, dyplomy dla wszystkich uczestników.

Planowane uhonorowanie pucharami podium lekarzy w kategoriach:

TP 50: miejsca 1-3 OPEN

TR 50: miejsca 1-3 OPEN

TP 25: miejsca 1-3 MĘŻCZYŹNI miejsca 1-3 KOBIEТЫ miejsca 1-3 WETERANI (roczniki 1973 i starsze)

Na trasie TP25 lekarze którzy zdobyli nagrodzone miejsca w więcej niż jednej kategorii (np. kobiet i weteran) otrzymają Puchary za kategorię w której zajęli wyższą pozycję (jest to podyktowane chęcią udekorowania jak największej ilości zawodników).

Można łączyć starty na różnych trasach jeśli nie pokrywają się czasowo (np. TP50 i TP 25)

11. Świadczenia

- Minimum turystyczne: nocleg na świetlicy z dostępem do czajnika, łazienki itd. dla pierwszych 20 osób, którzy zgłoszą taką potrzebę organizatorowi.
- Możliwość rozstawienia namiotu na terenie ośrodka.
- Ciepły posiłek na mecie .
- Punkt żywieniowy na trasach TP50 i TR-120
- Płatny nocleg na terenie ośrodka w pokojach z łazienkami. **Koszt noclegu – 50PLN** od osoby za noc. Liczba miejsc ograniczona – ok. 25 miejsc na noc. Zgłoszenia mailem slawomir@cwirko.pl , lub telefonicznie 602449660
- Szczegółowe świadczenia dla zawodników oraz szczegóły dotyczące bazy, noclegu, punktów odżywczych, dojazdu itp. opisane będą w Komunikacie Startowym około 1 tydzień przed terminem Rajdu.

12. Wyposażenie obowiązkowe:

- kompas,
- telefon komórkowy z aparatem
- długopis.
- wyposażenie obowiązkowe roweru w przypadku poruszania się po drogach publicznych(dotyczy tras rowerowych)

13. Wyposażenie zalecane:

- apteczka pierwszej pomocy,
- dodatkowe ubrania na wypadek nagłego pogorszenia warunków atmosferycznych,
- woda i prowiant
- latarka czołowa
- kask – dotyczy tras rowerowych//

14. Klauzula informacyjna

W stosunkach prawnych między uczestnikami Rajdu na Orientację PAZUR GRYFA 2023 a Organizatorem, stosuje się następującą klauzulę informacyjną:

„Zgodnie z art. 25 ust. 1 Ustawy z dnia 10.05.2018. o ochronie danych osobowych (Dz.U.z 2018, poz. 1000, 1669). informujemy, iż:

- administratorem Pani/Pana danych osobowych jest STOPA Słupsk - Słupskie Towarzystwo Osób Pozytywnie Aktywnych z siedzibą ul. Rynek Rybacki 1 Słupsk, zwany dalej STOPA Słupsk- Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą w celu ewidencjonowania wyników Rajdu na stronie internetowej zawodów i nie będą udostępniane innym odbiorcom,
- STOPA Słupsk pozyskała Pani/Pana dane osobowe w wyniku realizowania niniejszego Regulaminu Rajdu na Orientację PAZUR GRYFA 2023 zgłoszenia się Pana/Pani do Rajdu,

- posiada Pani/Pan prawo dostępu do treści swoich danych oraz ich poprawiania, na podstawie art. 32 ust. 1 pkt 7 ustawy o ochronie danych osobowych przysługuje Pani/Panu prawo wniesienia pisemnego, umotywowanego żądania zaprzestania przetwarzania Pani/Pana danych ze względu na Pani/Pana szczególną sytuację, jak również – na podstawie art. 32 ust. 1 pkt 8 ustawy o ochronie danych osobowych
- ma Pani/Pan prawo wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania Pani/Pana danych lub wobec przekazywania ich innemu administratorowi danych.”

15. Zasady uczestnictwa w Rajdzie

- a. Uczestnik Rajdu to osoba, która została zarejestrowana i zweryfikowana w biurze Rajdu, na podstawie ważnego dokumentu tożsamości i złożyła podpis na oświadczeniu o znajomości Regulaminu.
- b. Uczestnikami Rajdu mogą być osoby od 16-tego roku życia (decyduje rok urodzenia) lub osoby niepełnoletnie, które zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział w Rajdzie od rodziców lub prawnych opiekunów z ich podpisem i nr PESEL lub obecność rodzica lub opiekuna prawnego wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji uczestnika w biurze Rajdu.
- c. Wszyscy uczestnicy startujący w Rajdzie muszą zostać zweryfikowani w biurze Rajdu:
 - podczas weryfikacji uczestnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem służącym do kontroli daty urodzenia,
 - warunkiem dopuszczenia uczestnika do Rajdu będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w imprezie,
 - zabrania się startu uczestnikom będącym pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających jak również spożywania ich podczas Rajdu,
 - uczestnik Rajdu ma pełną świadomość, że udział w nim związany jest z wysiłkiem fizycznym i zwiększa się ryzyko wypadku (urazowości) organizmu (również zgonu) oraz możliwe są również szkody, straty majątkowe oraz inne niemożliwe do przewidzenia ryzykowne czynniki i ich skutki
- d. Uczestnik podpisując niniejsze oświadczenia:
 - posiada pełną znajomość Regulaminu Rajdu na Orientację PAZUR GRYFA 2023
 - potwierdza brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w Rajdzie.
 - rozważył i ocenił własne możliwości fizyczne i psychiczne, zweryfikował zakres i charakter ryzyka wiążącego się z udziałem w Rajdzie, startuje w Rajdzie dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność,
- e. Uczestnicy Rajdu są zobowiązani do niezwłocznej reakcji na sygnały pojazdów uprzywilejowanych oraz poleceń Służb Ratowniczo-Medycznych i Służby Porządkowej Organizatora podczas – dojazdu, organizacji akcji ratowniczej i transportu poszkodowanych
W przypadku innych zagrożeń, (pożar, burza z wyładowaniami itp.) uczestnicy podporządkowują się kierującemu akcją ratowniczą i bezwzględnie wykonują ich polecenia – dot. Państwowej Straży Pożarnej, Policji, Straży Granicznej.
- f. W czasie trwania Rajdu uczestnicy mają prawo pokonywać trasę biegiem, marszem, trasa TR-120 i TR50 rowerem - nie mogą korzystać z żadnego środka lokomocji oraz pomocy osób trzecich. Niedozwolone jest pokonywanie przeszkód wodnych wpływ (poza brodami wskazanymi przez organizatora) .
- g. Obowiązuje zakaz rozpalania i palenia ognisk na terenach leśnych, poruszania się po uprawach rolnych, szkółkach leśnych i terenach prywatnych. Za szkody wyrządzone przez

uczestników wobec osób trzecich oraz szkody wyrządzone przez osoby trzecie uczestnikom Rajdu Organizator nie odpowiada.

- h. Przypomina się, że zgodnie z ustawą o lasach art. 26, stałym zakazem wstępu objęte są lasy stanowiące uprawy leśne do 4 m wysokości; powierzchnie doświadczalne i drzewostany nasienne; ostoje zwierząt; źródła rzek i potoków; obszary zagrożone erozją. Zgodnie z art.30 ww. Ustawy o lasach zabrania się: zanieczyszczania gleby i wód; zaśmiecania; rozkopywania gruntu; niszczenia grzybów oraz grzybni; niszczenia lub uszkodzenia drzew, krzewów lub innych roślin; niszczenia urządzeń i obiektów gospodarczych, turystycznych i technicznych oraz znaków i tablic; rozgarniania i zbierania ściółki, puszczania psów luzem, hałasowania oraz używania sygnałów dźwiękowych, z wyjątkiem przypadków wymagających wszczęcia alarmu.

W odległości do 100 m od granicy lasu, zabrania się w szczególności: rozniecania ognia poza miejscami do tego wyznaczonymi, korzystania z otwartego płomienia, wypalania wierzchniej warstwy gleby i pozostałości roślin.

- i. Obowiązuje zakaz wstępu na powierzchnie leśne oznakowane tablicami „ścinka drzew – zakaz wstępu” itp. chyba, że przed Rajdem Organizator poinformuje o zmianie tego zakazu.
- j. Obowiązuje nakaz przestrzegania zasad poruszania się po drogach publicznych, przepisów ruchu drogowego i ppoż.
- k. Wszyscy uczestnicy zobowiązani są do posiadania i okazywania na wezwanie Organizatora i innych służb ważnego dowodu tożsamości.
- l. Organizator ma prawo wycofania uczestnika Rajdu z trasy w przypadku stwierdzenia przez obsługę medyczną niezdolności do kontynuowania wysiłku fizycznego oraz w przypadku stwierdzenia złamania przepisów niniejszego Regulaminu.
- ł. Dopuszcza się do startu uczestników z psami – zakaz puszczania psów wolno.
- m. Zabrania się używania rowerów z napędem elektrycznym lub podobnym tego typu wspomaganie. Po stwierdzeniu takiego zdarzenia zawodnik będzie dyskwalifikowany.
- n. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany Regulaminu, o czym uczestnicy zostaną poinformowani najpóźniej przed wyruszeniem na trasę Rajdu.
- o. Protesty można składać w formie pisemnej lub elektronicznej od momentu ogłoszenia wyników wstępnych do 4 dni po Rajdzie (liczy się data wysłania protestu) do Sędziego Głównego. Protesty zostaną rozpatrzone do 7 dni od zakończenia Imprezy, po czym zostanie ogłoszona oficjalna klasyfikacja końcowa Rajdu.
- p. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora. W sprawach spornych decyzja Organizatora jest decyzją ostateczną. Nieznajomość Regulaminu nie zwalnia uczestnika do jego przestrzegania.
- r. Wszystkich uczestników obowiązuje bezwzględne, obowiązkowe odmeldowanie się po Rajdzie w jeden z poniżej podanych sposobów:– na mecie, – w bazie Rajdu– telefonicznie u Sędziego Głównego dzwoniąc pod numer telefonu +48 602 449 660 jest to podyktowane względami bezpieczeństwa.