

Regulamin zawodów

Regulamin Biegu „Zimowa Poniewierka”

1. Charakterystyka ogólna

Zimowa Poniewierka jest imprezą biegową o charakterze sportowo - edukacyjnym, w trakcie której jej uczestnicy będą rywalizować na trasach przebiegających po drogach i ścieżkach leśnych, szlakami i drogach publicznych. bez wstrzymywania ruchu innych użytkowników.

2. Termin i miejsce

12.01.2019 Start i Meta zlokalizowana przy Zespole Szkół w Brzózce Królewskiej 37-307 Brzóza Królewska 484

3. Program

Szczegółowy program zawodów zostanie podany na miesiąc przed zawodami.

4. Trasa i start

12.01.2019

Bieg w pięciu kategoriach:

- Ultra Maraton + (około 60km)
- Półmaraton + (około 22km)
- Dycha (około 10km)
- Nordic Walking (około 10km)
- Bieg na Orientację 15km

Trasy biegów będą oznakowane. Szczegółowy przebieg trasy, znakowanie oraz zasady bezpieczeństwa zostaną podane w komunikacie technicznym. Szczegółowy i ostateczny przebieg trasy zostanie opublikowany w formie mapy, oraz pliku Gpx. Mapa zostanie dołączona do pakietu. Dystanse podane są w przybliżeniu, ze względu na możliwe błędy pomiarowe urządzeń GPS.

Uczestnicy Rajdu na Orientację startują w zespołach jedno osobowych. Organizator zapewnia kolorowe mapy z podaną skalą. Dopuszcza się możliwość korzystania z własnych map. Każdy zespół otrzymuje numer startowy pełniący jednocześnie rolę karty startowej, którą należy mieć przy sobie przez cały czas na trasie rajdu. Karta służy do potwierdzenia obecności na punktach kontrolnych i stanowi podstawę klasyfikacji.

Potwierdzenie obecności na punkcie kontrolnym dokonuje się poprzez perforację odpowiedniej rubryki na karcie za pomocą perforatora. Kartę startową z potwierdzeniami obecności na punktach kontrolnych należy okazać do weryfikacji sędziemu na mecie.

5. Limity czasowe i limity miejsc

Limity czasowe oraz liczba zawodników, która może wziąć udział w poszczególnych dystansach :

BIEG	GODZINA STARTU	LIMIT GODZIN	LIMIT OSÓB
Ultra Suchy Ług 60 km+	6:00	9	100
Bieg na Orientację	10:30	3,5	50
Półmaraton Kamionka 21km +	11:00	3,5	150
Dycha Kozi Borek Nordic Walking	11:30	2,5	50
Dycha Kozi Borek	12:00	2	150

Limity miejsc na danym dystansie zostaną wyczerpane z chwilą uiszczenia przez zawodników opłat i zaksięgowania ich na koncie Organizatora.

Organizator, poza wyznaczonymi limitami miejsc, zastrzega sobie do własnej dyspozycji 50 dodatkowych miejsc startowych, przesunięcia oraz zwiększenia limitów pomiędzy poszczególnymi trasami.

Organizator zastrzega sobie prawo zmiany limitów czasowych w zależności od warunków atmosferycznych i terenowych panujących na trasie.

6. Punkty kontrolne

Na trasie mogą znajdować się punkty kontrolne stałe i punkty kontrolne lotne, oraz punkty ukryte. Uczestnicy muszą biec z odsłoniętymi numerami, umieszczonymi z przodu, tak by były one widoczne dla sędziów. O odnotowanie musi zadbać zawodnik – sędzia może nałożyć karę czasową za niewidoczny numer startowy – 10 minut, doliczane do czasu biegu danego zawodnika oraz dyskwalifikację za brak numeru startowego. W biegu na orientację punkty kontrolne oznaczone są lampionami BnO z perforatorami i numerem punktu.

7. Punkty żywieniowe i odżywianie na trasie

Na trasie biegu będą znajdować się punkty żywieniowe. Na punktach tych zawodnicy będą mogli skorzystać z dostępnych tam bufetów.

Na biegu Ultra Suchy Ług dodatkowo dwa punkty z ciepłym posiłkiem.

8. Uczestnictwo

Aby wziąć udział w biegu należy:

- być osobą pełnoletnią w dniu rozgrywania zawodów;
- zarejestrować swój udział wypełniając formularz zgłoszeniowy na stronie <http://zimowaponiewierka.pl/> lub odnośniku z tej strony.
- wnieść opłatę startową według obowiązującego cennika.
- własnoręcznie podpisać oświadczenie w Biurze Zawodów – o braku zdrowotnych przeciwwskazań do startu w zawodach i o starcie na własną odpowiedzialność.

Zabrania się używania innych chipów niż chipy Organizatora. Za niestosowanie się do tej zasady grozi bezwzględna dyskwalifikacja.

Numer startowy – musi być umieszczony z przodu w taki sposób, aby zawsze był widoczny i możliwy do odczytania. Niestosowanie się do tej zasady skutkuje karą czasową w wysokości 10 min. Patrz pkt. 6.

9. Wyposażenie

W trakcie trwania zawodów każdy z zawodników musi posiadać przy sobie wyposażenie (ubiór, obuwie itp.) adekwatne do warunków atmosferycznych. W ultra maratonie, półmaratonie dodatkowo mapę trasy, latarkę i naładowany telefon z wpisanym numerem alarmowy organizatora. W przypadku Biegu na Orientację dodatkowo folia NRC, podstawowe wyposażenie apteczki turystycznej, kompas, długopis, ołówek, dokument tożsamości, wodoodporny mapnik.

W Ultra Suchy Ług dodatkowo własny kubek i latarkę.

10. Zasady obowiązujące na trasie:

- a) W trakcie całych zawodów należy poruszać się wyłącznie po trasie wskazanej przez Organizatora oznaczonej żółtymi taśmami oraz znakami poziomymi w kolorze żółtym.
- b) w miejscach przebiegających po drogach publicznych należy poruszać się zgodnie z przepisami o Ruchu Drogowym, czyli chodnikami lub poboczem jeżeli nie ma chodników. Przekraczanie dróg publicznych powinno następować w miejscach do tego wyznaczonych lub w przypadku ich braku zgodnie z obowiązującymi przepisami – z zachowaniem szczególnej ostrożności !!!
- c) zakazane są wszystkie czynności mogące naruszyć piękno naturalnych obszarów, przez które prowadzi trasa biegu, zwłaszcza: porzucanie śmieci pod groźbą dyskwalifikacji (wszystkie śmieci należy zostawiać na punktach kontrolnych, lub donieść do mety), niszczenie roślinności, zakłócanie ciszy w lasach, palenie ognisk itp.,
- d) zakazane jest niszczenie lub zasłanianie oznaczeń szlaków turystycznych i oznaczeń Organizatora lub w inny sposób wprowadzane w błąd, co do przebiegu trasy zawodów.

11. Pogoda

Zawody odbędą się bez względu na pogodę, z wyjątkiem zaistnienia klęsk żywiołowych lub innych ekstremalnych sytuacji pogodowych zagrażających bezpieczeństwu zawodników.

12. Bezpieczeństwo

Uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić odszkodowania od organizatorów.

Większość trasy zawodów prowadzi w leśnym terenie, w którym udzielenie pomocy może wiązać się z koniecznością długiego oczekiwania.

W sytuacji wypadku każdy z uczestników biegu jest zobowiązany do wezwania pomocy dzwoniąc na numer alarmowy zapisany na numerze startowym lub 112, oraz udzielenia pomocy doraźnej poszkodowanemu biegaczowi. Pozostawienie potrzebującego uczestnika bez pomocy karane będzie dyskwalifikacją.

13. Rezygnacje

Jeśli zawodnik wycofa się w trakcie rywalizacji musi niezwłocznie poinformować o tym organizatora lub biuro zawodów. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej.

Transport osoby rezygnującej z zawodów może odbyć się wyłącznie w punktach kontrolnych lub żywieniowych.

14. Rywalizacja i nagrody

Bieg ma charakter rywalizacji sportowej. Klasyfikacja zostanie przeprowadzona w klasyfikacji generalnej z podziałem na kobiety i mężczyzn:

Nagrodzeni zostaną najlepsi – Trzech najlepszych zawodników i zawodniczek na wszystkich rozegranych biegach. Trzy najszybsze drużyny, z wyłączeniem Ultra maratonu oraz Biegu na Orientację, gdzie skład drużyny to czworo najszybszych zawodników, w tym co najmniej jedna kobieta (**drużyny nie mogą być tworzone bezpośrednio przed zawodami**). W przypadku kiedy drużyny będą dysponować dużą ilością zawodników jest możliwość wystawienia zespołu męskiego i żeńskiego i utworzenie rywalizacji w obu kategoriach, pod warunkiem że zgłoszą się minimum trzy takie drużyny. Klasyfikacja będzie również w kategoriach wiekowych wszystkich konkurencji według ogólnie przyjętych zasad. Klasyfikacja Rajdu na orientację prowadzona będzie z podziałem na płeć. O zajętych w klasyfikacji miejscu decyduje ilość zaliczonych w limicie czasu punktów

kontrolnych określona na podstawie karty startowej.

16. Wpisowe

Opłata za udział w zawodach zależy od terminu rejestracji i wpłynięcia wpisowego na konto

Organizatora:

Organizator nie przewiduje nagród pieniężnych za zajęcie czołowych miejsc w zawodach.

BIEG	01-30.11.2018	01-31.12.2018	01-07.01.2019	W biurze zawodów
Ultra Suchy Ług 60 km+	100zł	130zł	160zł	180zł
Półmaraton Kamionka 21 km+	45zł	65zł	85zł	100zł
Dycha Kozi Borek 10 km	30zł	50zł	70zł	90zł
Dycha Kozi Borek Nordic Walking 10 km	30zł	50zł	70zł	90zł
Bieg Na Orientację 15 km +	25zł	30zł	35zł	50zł

Po 07/01/2019 opłata i zapisy na bieg wyłącznie w biurze zawodów 12/01/2018 w godzinach od 5⁰⁰ do 10⁰⁰ .

W przypadku niedokonania wpłaty w przeciągu dwóch tygodni od rejestracji osoba zgłoszona zostaje skreślona z listy.

Opłatę za udział w zawodach należy uiścić:

przelewem – na konto Stowarzyszenia „Nowosarzyńska Grupa Biegowa”

52 9430 1058 1005 4417 2000 0001

tytuł wpłaty: Zimowa Poniewierka opłata na cele statutowe + imię i nazwisko osoby/osób + dystans” za które wysyłana jest opłata startowa (przy wpłatach za więcej niż 2 osoby prosimy listę osób przesłać na e-maila).

17. Baza zawodów

Baza zawodów mieści się w Zespole Szkół w Brzozie Królewskiej, adres 37-307 Brzózka Królewska 484

18. Zakwaterowanie

Organizator zapewnia noclegi na Sali Gimnastycznej w zespole Szkół. Istnieje możliwość wynajęcia pokoi w schronisku młodzieżowym „Jutrzenka” w Brzozie Królewskiej

<http://www.schronisko.brzozakrolewska.pl> koszt 20zł

19. Świadczenia

Uczestnikom zawodów zapewniamy:

- a) udział w rywalizacji na wybranym dystansie,
- c) napoje i lekkie ciepłe posiłki na punktach odżywczych
- d) posiłek, napoje regeneracyjne po biegu
- e) numer startowy
- f) zabezpieczenie medyczne w bazie zawodów oraz mobilny zespół ratowniczy
- g) elektroniczny pomiar czasu
- h) pamiątkowy medal
- i) nagrody dla najlepszych zawodniczek i zawodników na każdej z tras, oraz najlepszych grup
- j) udział w losowaniu nagród w zależności od pozyskanych środków,
- k) gadżet sportowy
- l) mapę oraz pamiątkową naklejkę dla uczestników

20. Kibice

Cała trasa zawodów jest otwarta dla kibiców.

21. Komunikat techniczny

Przed zawodami zostanie wydany komunikat techniczny, w którym zostaną podane szczegółowe i dodatkowe informacje o Biegu.

22. Ochrona wizerunku i dane osobowe

Uczestnicy Biegu wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z Biegu zamieszczonych na stronie Biegu, w mediach, innych zdarzeniach mających związek z Zimowa Poniewierka oraz materiałach promocyjnych Biegu.

Wszyscy uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów poprzez wypełnienie stosownego oświadczenia.

23. Organizatorzy

Stowarzyszenie Nowosarzyńska Grupa Biegowa

Active Team Brzóza Królewska

Stowarzyszenie Rozwoju Wsi Brzóza Królewska

Klub Turystyczny Przygoda Nowa Sarzyna www.skgk.pl

24. Kontakt:

Sprawy ogólne:

Barbara Łuczak-Pokój 534 041 122

Sprawy trudne:

Przemysław Pączka 789 058 934

Sprawy finansowe:

Jerzy Dąbek 508 575 138

Bieg na Orientację :

Andrzej Kusiak 889086239

25. Postanowienia końcowe

Nieprzestrzeganie niniejszego regulaminu grozi dyskwalifikacją uczestnika. Informacje o ewentualnych zmianach w regulaminie pojawią się na stronie zawodów.

Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatorów.