

# Regulamin IV Rzeźnika Ultra

## I Cel imprezy

- integracja środowiska biegaczy ekstremalnych i górskich oraz ich rodzin i przyjaciół,
- promocja turystyki ekologicznej Bieszczadów, biegania, Fundacji Bieg Rzeźnika i klubu OTK Rzeźnik

## II Organizator

- Fundacja Bieg Rzeźnika

## III Dystans

- Dystans podstawowy (BRzU115): 115 km, 5390 m D+ (wg tracedetrail.com)
- Dystans rozszerzony (BRzU140): 140 km, 6640 m D+ (wg tracedetrail.com)
- Podany dystans oraz suma podbiegów/zbiegów ma charakter orientacyjny. Organizator zastrzega możliwe rozbieżności powyższych parametrów względem wskazań urzędzeń pomiarowych zawodników (np. z doświadczenia wiemy że podane w regulaminie wartości przewyższeń mogą być zawyżone nawet o 20%).

## IV Termin, miejsce i trasa Biegu

1. Start Biegu odbędzie się w piątek, 1 czerwca 2018r. o godz. 19:15
2. Trasa Rzeźnika Ultra:

o Dystans ok. 115km (BRzU115). Mapa: <https://tracedetrail.com/en/trace/trace/52962>

o Dystans ok. 140km (BRzU140). Mapa: <https://tracedetrail.com/en/trace/trace/53752>

3. Opis trasy:

Startujemy drogą asfaltową w kierunku Leska, aby po ok. 1,7 km skręcić w prawo, w tzw. szutrówkę, która biegnąc cały czas ku górze, doprowadzi nas do szczytu Łopiennik (1069 m n.p.m. – ok. 6,5 km od startu). Na wierzchołku skręcamy w prawo, gdzie czerwonym, gminnym szlakiem rozpoczniemy bardzo stromy, ok. 2 km zbieg. Tutaj należy zwrócić szczególną uwagę na wystające korzenie i glinę, zwłaszcza w sytuacji silnych opadów atmosferycznych. Następny odcinek zbiegu jest już łatwiejszy, ale liczne zakręty i mosteczki będą próbowały wyhamować naszą prędkość. Malowniczo położona, murowana cerkiew w Łopience (historia greckokatolickiego kościoła z XVIII w. <http://www.twojebieszczady.net/sor/lopinka2.php>) wyłoni się w pobliżu 11km. Po prawej stronie kościółka znajdziemy łąkę, która zapoczątkuje biegową wspinaczkę na kolejny, górski szczyt - Korbania <http://www.twojebieszczady.net/zi/korbania.php>. Chętni na chwilę relaksu mogą wejść wyżej i z 6-metrowej platformy widokowej, zobaczyć Bieszczady jak na dłoni. To właśnie z 16 km rozciąga się fantastyczny krajobraz od Pogórza Bieszczadzkiego, poprzez Solinę, połoniny, aż po Tarnicę. Widzimy punkt odżywczy w Polańczyku <http://www.skalnyspa.pl>, nad jeziorem Solińskim. Aby jednak do niego dotrzeć, należy najpierw zbiec czerwonym szlakiem, w kierunku Bukowca. Tuż przed miasteczkiem, skręcamy w lewo, w zielony szlak PTTK. Pnąc się w górę, a następnie zbiegając w dół, docieramy do wsi Górzanka (23 km), gdzie mijamy drewnianą świątynię - dawną cerkiew z XIX wieku [http://www.twojebieszczady.net/st\\_cerkwie/cerkiew\\_gorzanka.php](http://www.twojebieszczady.net/st_cerkwie/cerkiew_gorzanka.php). Kontynuując "wędrowkę" wzdłuż zielonego szlaku <http://www.bieszczady.net.pl/szlakzielony.php>, trafimy do wsi Wołkowyja. Tutaj rozpoczyna się podbieg na Wierchy - 635 m n.p.m. Po krótkim etapie zbiegu,

chwilę przed Myczkowem, należy skręcić w prawo (30 km). Od tego miejsca, podążamy konsekwentnie w dół, aż do Polańczyka, gdzie w hotelu Skalny czeka nagroda -- posiłek przygotowany przez Krainę Wilka <http://www.krainawilka.pl/>, który doda nam energii i sił.

Brzegiem Jeziora Solińskiego, a dalej ścieżką przyrodniczą w rezerwacie krajoznawczym, nad Jeziorem Myczkowieckim [http://www.twojebieszczady.net/sor/now\\_rez.php](http://www.twojebieszczady.net/sor/now_rez.php) (44 km), wracamy na zielony szlak; tym razem to jednak inny kierunek. Wymagające skupienia i uwagi liczne zakręty oraz przecinające trasę strumyki doprowadzą nas w końcu z powrotem na Wierchy (54 km). Tutaj, około 2-kilometrowy odcinek przebiegamy w kierunku przeciwnym niż parę godzin wcześniej. Na szczycie skręcamy w prawo, i pośród pięknych łąk zbiegamy do Bereźnicy Wyżnej <http://www.bieszczady.net.pl/bereznicawyzna.php>. Po osiągnięciu drogi asfaltowej, odbijamy w prawo aby minąć drewnianą cerkiew unicką i kolejny raz podążać w prawą stronę. Za ledwie 300 metrów biegu i znów kierujemy się w prawo na drogę gruntową, początkowo równoległą do asfaltowej. Według oznaczeń organizatora, biegniemy obok Góry Markowskiej, do kompleksu rekreacyjno-wypoczynkowego Natura Park w Stężycy <http://naturapark.eu/>. Tutaj zjemy pyszne śniadanie pamiętając, iż po wyjściu z punktu rozpocznie się wspinaczka na Berdo (873 m n.p.m.). Dobiegniemy tam do niebieskiego szlaku, prowadzącego na Łopiennik (66 km). Ze szczytu, kierując się oznaczeniami organizatora, podążamy w dół. To doskonale znany już nam odcinek trasy, który pokonaliśmy poprzedniego dnia w przeciwnym kierunku. Docieramy do głównej drogi Cisna - Lesko. Zachowując szczególną ostrożność, pokonujemy szerokość jezdni i według widocznych wskazówek przebiegamy przez teren prywatny Pegazowej Woli <http://pegazowawola.bieszczady.name/>. Biegniemy w kierunku góry Hon, gdzie krętą drogą czerwonego szlaku PTTK dobiegamy do Osiny (963 m n.p.m., 81 km). Dalej, organizator nakazuje skręt w lewo, by zbiec do wsi Żubracze (83 km). Po przejściu drogi, wspinamy się na Masyw Hyrlatej, gdzie odbijamy w lewą stronę - szlak niebieski <http://www.twojebieszczady.net/piesze/hyrlata.php> - w kierunku Zwornika (1072 m n.p.m.). W okolicach 87 km, podążając zgodnie z oznakowaniem, skręcamy w prawo i zbiegamy do Solinki. Przemierzamy szlak graniczny aż do Przełęcz nad Roztokami <http://www.twojebieszczady.net/piesze/ruske.php> -- urokliwej doliny, a niegdyś ważnego traktu handlowego pomiędzy Małopolską a Węgry.

Znajdujemy się tuż przed kluczowym momentem biegu - 104 km. Limit czasowy oraz dalsza wola walki pomogą nam zdecydować o ostatecznym wyborze dystansu, na którym będziemy kontynuować bieg. Na szczyt - Okrąglik (1101 m n.p.m.) wbiegają jeszcze wszyscy, ale na samym wierzchołku trasy obu dystansów rozdzielają się. Drogowskaz jednoznacznie wskazuje trasę 140km - w prawo, a trasę 115km - w lewo.

- Dystans 115km: Od Okrąglika do mety dystansu podstawowego poprowadzi szlak czerwony. Uważajmy! Należy zachować bezwzględną czujność na najwyższym punkcie trasy - Jasło 1153 m n.p.m. Ten szczyt zostawiamy po naszej prawej stronie, kierując się na wprost. Nie skręcamy w prawo!!! Jesteśmy na finiszu 115 km.
- Dystans 140 km: Od Okrąglika biegniemy dalej prosto szlakiem granicznym (pod prąd trasy Biegu Rzeźnika). Do Riabej Skały (1199 m n.p.m.) przemierzamy się szlakiem niebieskim na granicy polsko-słowackiej. Wzdłuż drogi (po prawej stronie), mijamy źródła, z których możemy zaczerpnąć krystalicznie czystej wody, uzupełniając zapasy. Na pierwszym skrzyżowaniu (116 km) podążamy w lewo i żółtym szlakiem osiągamy wierzchołek Paportnej (117 km). Organizator wskazuje drogę w dół. Zbiegamy więc do Smereka, począwszy od ścieżki, poprzez leśny dukt, a na utwardzonym dojeździe do miejsca wypalania węgla drzewnego skończywszy. Charakterystyczne dla Bieszczadów piece zostawiamy po prawej

stronie. Kierujemy się wciąż prosto, zbiegiem do Smereka. Przed kolejnym wejściem na czerwony szlak i zdobyciem Okrąglika, mamy szansę na ostatni posiłek. Od punktu odżywczego, rozpoczynamy pełen szczytowej euforii wysiłek, podbieg na 1101 m n.p.m. Dalej według wskazówek trasy podstawowej (jak wyżej). Uwaga, biegnąc od strony Fereczatej, na Okrągliku będzie to skręt w prawo, w stronę Cisnej! Pamiętajmy również, aby nie skręcić na Jaśle w prawą stronę!!! Biegniemy prosto, a szczyt zostawiamy z naszej prawej strony. Łądujemy bezpiecznie na mecie ultra-dystansu.

## V Limity czasu

1. Zawodników obowiązuje limit czasu na pokonanie trasy Biegu, wynoszący 24 godziny.
2. Dodatkowe limity czasu (limit dotyczy **godziny opuszczenia punktu**):

Nazwa punktu (kilometr)	Limit (ile godzin od startu)	Limit (godzina)
Hotel Skalny SPA (34km)	+7h45min	3:00
Natura Park (63km)	+13h15min	8:30
Przed Honem (77km)	+15h30min	10:45
Żubracze (83km)	+17h	12:15
Solinka (91km)	+19h	14:15
Roztoki (104km)	+21h (limit dla BRzU140: 18h)	16:15 (BRzU140: 13:15)
Smerek (124km)	+21h	16:15
Cisna (115km / 140km)	+24h	19:15

3. Punkt Roztoki (104km) jest punktem decyzyjnym dla zawodników zapisanych na dystans BRzU140. Zawodnicy dystansu długiego, którzy będą w stanie opuścić ten punkt w limicie 18h, mają prawo kontynuować bieg na trasie BRzU140 ale mogą również zdecydować się na kontynuację biegu na dystansie BRzU115 (**o swoim wyborze należy skutecznie poinformować kierownika Punktu Roztoki!**). Zawodnicy, którzy nie zmieszczą się w limicie 18h mogą kontynuować bieg wyłącznie na dystansie BRzU115.

## VI Uczestnictwo

1. Udział w zawodach mogą wziąć zawodnicy, którzy:
  - o w dniu zawodów będą mieli ukończone 18 lat,
  - o podpiszą oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w Biegu (podpis w Biurze Zawodów, nie trzeba przywozić żadnych zaświadczeń od lekarza!),
  - o dokonają zgłoszenia oraz uiszczą opłatę startową,
  - o odbiorą pakiet startowy w Biurze Zawodów,
  - o stawią się na starcie o ustalonej w regulaminie godzinie wraz z numerem startowym oraz chipem do pomiaru czasu.

(Uwaga! W przypadku wyrażenia chęci odbioru pakietu przez osobę trzecią należy przekazać osobie odbierającej pakiet wypełnione i podpisane [niniejsze oświadczenie](#), wraz z kserokopią/fotokopią swojego dowodu osobistego - do wglądu.)

2. W zgłoszeniu należy podać m.in. imię, nazwisko, nr PESEL, adres e-mail, nr telefonu komórkowego, adres korespondencyjny oraz opcjonalnie przynależność klubową i dane do faktury VAT.
3. Zgłoszeń można dokonać drogą elektroniczną poprzez formularz dostępny na stronie [www.biegrzeznika.pl](http://www.biegrzeznika.pl) lub w Biurze Zawodów w Cisnej, o ile limit zawodników nie zostanie wcześniej wyczerpany.
4. Limit uczestników określa się na 500 osób.
5. Po wyczerpaniu limitu zgłoszeń, zawodnicy będą umieszczani na liście rezerwowej, natomiast zawodnicy z listy głównej będą mieli 7 dni na dokonanie opłaty startowej. W przypadku nieuiszczenia opłaty w tym terminie, zawodnik zostaje usunięty z listy głównej, z możliwością rejestracji na listę rezerwową.

## VII Opłata startowa

1. Opłata startowa dla uczestników Rzeźnika Ultra na dystansie podstawowym (BRzU115) wynosi:
  - o 250 zł – wpłacone do 30 listopada 2017,
  - o 270 zł – wpłacone do 1 lutego 2018,
  - o 280 zł – wpłacone do 27 kwietnia 2018,
  - o 300 zł – wpłacone po 27 kwietnia 2018 lub w Biurze Zawodów (bez gwarancji otrzymania pełnego pakietu startowego)
  - o Opcjonalnie możliwy jest zakup okolicznościowej koszulki w cenie 50zł do dnia 27 kwietnia 2018.

Opłata startowa dla uczestników Rzeźnika Ultra na dystansie rozszerzonym (BRzU140) jest opłatą z dystansu podstawowego powiększoną o 30 zł.

Za datę dokonania opłaty startowej uważa się datę wpłynięcia pełnej sumy pieniędzy na konto Organizatora, zgodnie z w.w. stawkami.

2. Opłatę startową należy wpłacać przez bluecash lub na konto:

Fundacja Bieg Rzeźnika ul. Kaczyniec 10/2 44-100 Gliwice 73 1090 1766 0000 0001 3262 6073 SWIFT: BIGBPLPW, IBAN PL73109017660000000132626073
---

W tytule wpłaty należy podać kod otrzymany w czasie rejestracji.

3. Do dnia 27 kwietnia 2018r. jest możliwy częściowy zwrot opłaty startowej, przy czym pobierana jest opłata manipulacyjna w wysokości 50zł. Do dnia 27 kwietnia 2018r. jest możliwe przeniesienie opłaty startowej na innego zawodnika, przy czym pobierana jest opłata manipulacyjna w wysokości 25zł. Po 27 kwietnia 2018r. wniesiona opłata startowa nie podlega zwrotowi ani przeniesieniu na inną osobę. Opłata za zakup koszulki nie ulega zwrotowi.

## VIII Świadczenia

W ramach opłaty startowej zawodnicy otrzymają:

- możliwość startu w Biegu,
- wodę lub napoje izotoniczne, które będą serwowane na punktach regeneracyjnych na trasie (patrz pkt. IX),
- lekki posiłek serwowany na mecie,
- podstawową obsługę medyczną oraz GOPR w czasie Biegu,
- ew. dodatkowe świadczenia uzależnione od pozyskanych sponsorów.

Dodatkowo, wszyscy, którzy ukończą Bieg, otrzymają pamiątkowe medale. Nie gwarantujemy otrzymania pełnych pakietów startowych przez osoby wpłacające opłatę startową po 27 kwietnia 2018r.

## IX Punkt odświeżania/żywieniowe/kontrolne/przepaki

- **Punkty odświeżania** zaopatrzone w wodę/napoje będą rozstawione nie rzadziej niż co 20km. Dokładna lokalizacja tych punktów zostanie podana bliżej terminu zawodów.
- **Punkty żywieniowe** będą umiejscowione w:
  - o Hotel Skalny SPA, Polańczyk (ok. 34km)
  - o Natura Park, Stężnica (ok. 63km)
  - o Solinka (ok. 91km)
  - o okolice m. Smerek (ok. 124km -- tylko dystans długi)
- Punkt Natura Park, Stężnica (ok. 63km) będzie również tzw. **przepakiem**, czyli miejscem, na które zawodnicy będą mogli przekazać przed startem swój ekwipunek (np. buty na zmianę, odżywki, itp.). Dla zawodników z dystansu długiego będzie zorganizowany drugi **przepak**, usytuowany na punkcie decyzyjnym Rostoki (104km).
- Na trasie mogą się znajdować również dodatkowe **punkty kontrolne**, których usytuowanie nie będzie wcześniej publikowane.

Uwaga: zawodnicy muszą posiadać własne kubeczki.

## X Nagrody i klasyfikacje

1. Podczas Biegu Rzeźnika Ultra prowadzone będą następujące klasyfikacje (niezależnie na obu dystansach):
  - a. kategoria generalna kobiet i mężczyzn
  - b. kategoria wiekowa kobiet i mężczyzn:
    - o 18-29 lat
    - o 30-39 lat
    - o 40-49 lat
    - o 50-59 lat
    - o 60 i więcej lat

Uwaga! Zawodnicy zapisani na dystansie długim (BRzU140) mają prawo do zmiany dystansu na krótki (BRzU115) na punkcie Rostoki (104km). W takiej sytuacji, będą klasyfikowani tak jakby startowali na dystansie BRzU115. W szczególności, mają prawo stanąć na podium dystansu BRzU115.

2. (usunięto)

3. Przewidywane są nagrody rzeczowe dla pierwszych trzech miejsc w kategoriach generalnych kobiet i mężczyzn. Zestaw nagród jest uzależniony od pozyskanych sponsorów. Organizator zastrzega sobie prawo wprowadzenia dodatkowych klasyfikacji i nagród.
4. Podstawą klasyfikacji jest elektroniczny pomiar czasu. Na trasie Biegu znajdować się będą punkty kontrolne, które odnotowują pojawienie się zawodnika w danym punkcie. Brak odczytu pojawienia się zawodnika na danym punkcie może spowodować dyskwalifikację. Zawodnicy zobowiązani są do zachowania należytej staranności, w tym by zostać zarejestrowanym na punktach kontrolnych, w szczególności poprzez prawidłowe zamocowanie chipa pomiarowego oraz przebiegnięcie przez rozstawione maty pomiarowe.
5. Klasyfikacja zawodników odbywa się na podstawie czasu brutto (liczonego od chwili strzału startera).
6. Dekoracja zawodników odbędzie się w niedzielę 3 czerwca 2018r. w okolicach Biura Zawodów w Cisnej. Dokładna godzina zostanie podana w osobnym komunikacie.
7. Odbiór nagród i wyróżnień możliwy jest wyłącznie w trakcie dekoracji podczas ceremonii zakończenia.

## **XI Bezpieczeństwo**

1. Obowiązkowa odprawa dla zawodników zostanie udostępniona on-line najpóźniej dzień przed startem Biegu.
2. Od zawodników oczekujemy samodzielnej oceny sytuacji panującej w górach, tym samym dopasowania ubioru i odpowiedniego reagowania w razie pogorszenia pogody. Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość wstrzymania lub przerwania Biegu m.in. w razie wystąpienia burzy, innych ekstremalnych warunków pogodowych, naturalnych katastrof lub innych czynników uniemożliwiających bezpieczne przeprowadzenie zawodów.
3. Na trasie należy zwracać szczególną uwagę na pieszych turystów.
4. **W przypadku rezygnacji z dalszego Biegu, zawodnik ma obowiązek poinformować o tym obsługę Biegu (telefonicznie lub w inny skuteczny sposób). W przeciwnym razie Organizator może być zmuszony do uruchomienia akcji poszukiwawczej, czego konsekwencje, w tym koszty akcji będą spoczywały na zawodniku, który zaniechał udzielenia informacji o rezygnacji z Biegu.**
5. Biegając po drogach publicznych należy stosować się do zasad ruchu drogowego.
6. Zawodnik przez cały czas Biegu musi posiadać obowiązkowe wyposażenie, którym jest:
  - folia NRC,
  - naładowany i aktywny telefon – numer telefonu powinien być zgodny z numerem podanym na zgłoszeniu,
  - sprawna latarka/czołówka
  - kubek, bidon lub inny pojemnik na napoje,
  - minimum 200 ml picia (na starcie i przy wyjściu z każdego punktu odżywczego).
7. Na trasie Biegu dopuszczalne jest używanie kijków.

## **XII Ochrona przyrody**

Na całej trasie Biegu należy stosować się do zasad ochrony przyrody, a w szczególności zabrania się:

- zaśmiecania terenu (czyli np. porzucania opakowań po odżywkach, butelek, kubeczków – wszystkie śmieci należy zostawiać na punktach kontrolnych),

- schodzenia z trasy Biegu,
- zakłócania ciszy.

Zawodnicy łamiący te zasady będą zdyskwalifikowani.

### **XIII Dane osobowe i ochrona wizerunku**

1. Wszyscy zawodnicy, startujący w zawodach, wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów.
2. Uczestnicy Biegu wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z Biegu zamieszczonych na stronie Biegu, w mediach oraz materiałach promocyjnych Biegu.

### **XIV Postanowienia końcowe**

1. Biuro Zawodów będzie otwarte w dniach 30 maja - 1 czerwca 2018r. Dokładne godziny otwarcia Biur Zawodów zostaną podane w oddzielnym komunikacie.
2. Przebieg trasy, poza szlakami, będzie oznakowany przez Organizatora.
3. Zawodnikom, którzy podczas Biegu skrócą lub ułatwią sobie trasę lub będą korzystali z pomocy osób trzecich grozi dyskwalifikacja. W szczególnie uzasadnionych przypadkach organizator może odstąpić od dyskwalifikacji zawodnika lub nałożyć karę czasową wg własnego uznania, uwzględniając stopień naruszenia regulaminu.
4. Podczas Biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek startowych. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.
5. Po zakończeniu Biegu może zostać przeprowadzona wrywkowa kontrola antydopingowa, której wyznaczony przez Komisję zawodnik musi się poddać pod groźbą dyskwalifikacji.
6. Depozyty. Zawodnicy będą mieli możliwość zdeponowania rzeczy na czas Biegu. Depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego, lub nieodebrania depozytu w dniu zakończenia zawodów do godz. 22:00, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę. Uwaga: zabrania się pozostawiania w depozycie przedmiotów wartościowych oraz dokumentów. Za zgubienie, przypadkowe zniszczenie przedmiotów pozostawionych w depozycie Organizator nie ponosi odpowiedzialności.
7. Organizator nie zapewnia zawodnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w niniejszym regulaminie, w tym w szczególności do zmiany trasy. Zawodnicy, którzy dokonali zgłoszenia, będą na bieżąco informowani o ewentualnych zmianach w regulaminie (poprzez informację na stronie WWW, na portalu Facebook lub drogą e-mailową).
9. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Dyrektorowi Biegu Rzeźnika Ultra.
10. Pytania dotyczące Regulaminu oraz samego Biegu należy kierować e-mailowo na adres [biuro@biegrzeznika.pl](mailto:biuro@biegrzeznika.pl).