



## REGULAMIN

### Maraton Puszczy Noteckiej / Półmaraton Puszczy Noteckiej

#### 1. ORGANIZATOR:

Uczniowski Klub Sportowy „KORMORAN” w Sierakowie  
ul. Poznańska 25, 64-410 Sieraków

#### 2. MIEJSCE IMPREZY:

Sieraków (woj. wielkopolskie) oraz tereny Puszczy Noteckiej (Nadleśnictwa Sieraków). Start i meta będą zlokalizowane na Przystani nad rzeką Wartą w Sierakowie.

#### 3. TERMIN: 23 września 2018 r. (niedziela), start godzina 10<sup>00</sup>.

#### 4. CEL IMPREZY:

- popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej i najzdrowszej formy ruchu,
- promocja i propagowanie walorów sportowo-rekreacyjnych i turystyczno-krajoznawczych Puszczy Noteckiej oraz Gminy Sieraków,
- integracja sympatyków i pasjonatów biegania.

#### 5. DYSTANS:

42,195 km – **Maraton**,

21,097 km – **Półmaraton**.

#### 6. TRASA:

##### ➤ MARATON

Długość trasy: 42,195 km. Trasa składa się z dwóch pętli. Cały bieg będzie się odbywał po drogach leśnych terenu Puszczy Noteckiej Nadleśnictwa Sieraków. Trasa oznaczona co 1 kilometr, nie posiada atestu PZLA. W miejscach, gdzie trasa skręca lub jej przebieg jest niejasny będą się znajdowały specjalne oznaczenia lub biegacze będą kierowały osoby z obsługi biegu. Miejsca, w których należy zachować szczególną ostrożność również będą oznaczone. Na pierwszej pętli trasy biegu (przy wieży przeciwpożarowej na tzw. „Francuskich Górach”) będzie się znajdowała premia góraska. Punt kontrolny w postaci maty pomiarowej będzie się znajdował w miejscu premii górskiej. Ominięcie tego punktu na którymkolwiek okrążeniu będzie równoznaczne z dyskwalifikacją zawodnika. Po pokonaniu premii trasa wiedzie w kierunku miejsca Startu/Mety. Zawodnicy Półmaratonu będą kończyli bieg, natomiast Maratonu rozpoczną drugą pętlę.



UCZNIOWSKI KLUB SPORTOWY  
"KORMORAN"  
W SIERAKOWIE

➤ **PÓŁMARATON**

Długość trasy: 21,097 km. Trasa przebiega na jednej pętli trasy MARATONU. Start wspólny z maratonem.

7. **LIMIT CZASU:**

➤ **MARATON** – 7 godzin

Aby móc kontynuować bieg należy zameldować się na półmetku przed upływem 3,5 godzin. Zawodnicy, którzy dotrą na półmetek po upływie regulaminowego czasu (3,5 godz.) będą kierowani przez obsługę biegu w kierunku mety.

➤ **PÓŁMARATON** – 3,5 godziny.

8. **PUNKTY ODŻYWIANIA:**

Punkty odżywiania zlokalizowane będą w odległości około 4 - 6 km. Na punktach: woda, napoje izotoniczne, banany, czekolada. Szczegółowa lokalizacja punktów będzie dostępna na mapie oraz stronie internetowej biegu.

9. **WARUNKI UCZESTNICTWA:**

- prawo startu w **MARATONIE/PÓŁMARATONIE** mają zawodnicy, którzy do dnia 23 września 2018 r. ukończą 18 lat,
- zawodnicy, którzy do dnia 23 września 2018 r. ukończą 16 lat mają prawo startu w **PÓŁMARATONIE** wyłącznie za pisemną zgodą rodziców/prawnych opiekunów z ich podpisem i numerem PESEL. Wzór zgody stanowi Załącznik do Regulaminu oraz dostępny jest na stronie zapisów Maratonu/Półmaratonu Puszczy Noteckiej,
- akceptacja udziału w Maratonie/Półmaratonie na własną odpowiedzialność, mając na uwadze niebezpieczeństwa i ryzyka wynikające z charakteru i długości Maratonu/Półmaratonu, które mogą polegać między innymi na ryzyku utraty (pogorszenia) zdrowia lub życia. W Maratonie/Półmaratonie powinny uczestniczyć wyłącznie osoby posiadające dobry stan zdrowia oraz nieposiadające przeciwwskazań medycznych do uczestniczenia w biegu,
- każdy zawodnik przed startem musi zostać zweryfikowany w Biurze Zawodów i posiadać w tym celu dokument potwierdzający tożsamość,
- warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie złożenie podpisu zawodnika pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu,
- każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i jest zobowiązany do jego przestrzegania,
- wypełnienie formularza zgłoszeniowego i dokonanie opłaty startowej jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu,
- przekazanie prawidłowo wypełnionego i podpisanego formularza zgłoszeniowego oznacza wyrażenie zgody przez uczestnika biegu na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych imprezach, produktach handlowych, a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne, zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych.



UCZNIOWSKI KLUB SPORTOWY  
"KORMORAN"  
W SIERAKOWIE

Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencją do Organizatora,

- uczestnik akceptując Regulamin wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo wizerunku. Uczestnik udziela Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na wszystkich polach eksploatacji.

#### 10. ZGŁOSZENIA:

- zgłoszenia do biegu będą przyjmowane **od dnia 11 marca 2018 r.** wyłącznie elektronicznie poprzez formularz,
- opłaty należy dokonać **do dnia 17 września 2018 r. (poniedziałek)** podczas rejestracji za pomocą płatności elektronicznej.
- **Biuro zawodów Maratonu Puszczy Noteckiej znajduje się w Muzeum Zamek Opalińskich w Sierakowie, ul. Stadnina 3a.**
- Biuro będzie czynne **dnia 22 września 2018 r. (sobota) od godz. 15<sup>00</sup> do godz. 20<sup>00</sup> oraz dnia 23 września 2018 r. (niedziela) od godz. 7<sup>30</sup> do godz. 9<sup>30</sup>,**
- za osobę zgłoszoną uważa się zawodnika, który wypełnił i przesłał formularz zgłoszeniowy, dokonał opłaty startowej oraz ma nadany numer startowy.
- wstępnie ustalony limit uczestników **Maratonu – 300 osób, Półmaratonu – 300 osób,**
- aby zawodnik został zgłoszony, opłata startowa musi zostać zaksięgowana na koncie Organizatora maksymalnie **do dnia 17 września 2018 r. (poniedziałek),**
- w przypadku rezygnacji z uczestnictwa w biegu opłata startowa nie podlega zwrotowi,
- **do dnia 14 września 2018 r.,** istnieje możliwość bezpłatnego przeniesienia numeru startowego na innego uczestnika pod warunkiem poinformowania o tym fakcie Organizatora oraz podaniu wszelkich potrzebnych danych. Osoba, na którą zostanie przeniesiony numer musi spełniać warunki konieczne do uczestnictwa w biegu – punkt 11 Regulaminu,
- opłatę należy wpłacać na konto: **Uczniowski Klub Sportowy „KORMORAN” w Sierakowie Bank Spółdzielczy Pojezierza Międzychodzko-Sierakowskiego w Sierakowie,**
- **numer konta: 64 9082 0005 0000 1195 2000 0030. W tytule przelewu proszę wpisać „Maraton Puszczy Noteckiej/Półmaraton Puszczy Noteckiej, Imię i Nazwisko, adres” uczestnika, którego dotyczy opłata.**

#### 11. OPŁATY STARTOWE:

Wysokość opłaty startowej dla **MARATONU i PÓŁMARATONU** ustala się następująco:

- 65 zł** – od dnia uruchomienia zapisów do dnia 31 marca 2018 r.
- 85 zł** – od dnia 1 kwietnia do dnia 31 maja 2018 r.
- 105 zł** – od dnia 1 czerwca do dnia 31 lipca 2018 r.
- 125 zł** – od dnia 1 sierpnia do dnia 17 września 2018 r.

Wpłat należy dokonywać na konto:



UCZNIOWSKI KLUB SPORTOWY  
"KORMORAN"  
W SIERAKOWIE

*Uczniowski Klub Sportowy "KORMORAN" w Sierakowie*

*Bank Spółdzielczy Pojezierza Międzychodzko-Sierakowskiego w Sierakowie.*

*Numer konta: 64 9082 0005 0000 1195 2000 0030*

*w tytule przelewu prosimy wpisać „Maraton Puszczy Noteckiej/Półmaraton Puszczy Noteckiej,  
Imię i Nazwisko, adres” uczestnika, którego dotyczy opłata.*

*Zawodnicy powyżej 70 roku życia są zwolnieni z opłaty startowej.*

## 12. KLASYFIKACJA MARATONU/PÓŁMARATONU:

*Klasyfikacja na mecie będzie dokonywana w oparciu o czas netto.*

### **Mężczyźni:**

- ✓ OPEN
- ✓ M 18 – 29 lat
- ✓ M 30 – 39 lat
- ✓ M 40 – 49 lat
- ✓ M 50 – 59 lat
- ✓ M 60 i powyżej
- ✓ Najlepsi maratończycy gmin Stowarzyszenia „Puszcza Notecka”
- ✓ Najlepszy zawodnik premii górskiej.

### **Kobiety:**

- ✓ OPEN
- ✓ K 18 – 29 lat
- ✓ K 30 – 39 la
- ✓ K 40 – 49 lat
- ✓ K 50 – 59 lat
- ✓ K 60 i powyżej
- ✓ Najlepsze maratonki gmin Stowarzyszenia „Puszcza Notecka”
- ✓ Najlepsza zawodniczka premii górskiej.

### **Dodatkowe klasyfikacje Maratonu i Półmaratonu:**

- **Klasyfikacja Drużynowa o Puchar Puszczy** – dla najlepszej drużyny 3 osobowej (męskiej, żeńskiej lub mieszanej). Każdy zawodnik drużyny musi w nazwie klubu wpisać nazwę swojej drużyny oraz zaznaczyć pole na formularzu zgłoszeniowym („udział w rywalizacji drużynowej”). Za czas drużyny będą brane pod uwagę sumy 3 czasów uzyskanych przez zawodników danej drużyny.
- **Premia Górską** będzie się znajdowała na pierwszej pętli trasy biegu (przy wieży przeciwpożarowej na tzw. „Francuskich Górach” - najwyższy punkt 88 m). Odcinkiem premiowanym będzie dystans około 1 km. Pomiar czasu na tym odcinku będzie dokonywany poprzez dwie maty pomiarowe umieszczone na dole wzniesienia oraz na szczycie. Premię górską wygrywa mężczyzna oraz kobieta, którzy najszybciej pokonają odcinek pomiędzy dołem a górą wzniesienia. Na odcinku premii górskiej klasyfikacja przebiega według czasów netto.



UCZNIOWSKI KLUB SPORTOWY  
"KORMORAN"  
W SIERAKOWIE

- *Najszybsi mieszkańcy i mieszkanki gmin Stowarzyszenia „Puszcza Notecka” – zawodniczka /zawodnik, która/y chce brać udział w tej klasyfikacji musi zaznaczyć pole na formularzu zgłoszeniowym (udział w klasyfikacji mieszkańców gminy Stowarzyszenia „Puszcza Notecka”).*

### 13. NAGRODY MARATONU I PÓŁMARATONU:

*Zawodnicy, którzy dokonają opłaty startowej i zgłoszą się w biurze zawodów, otrzymają atrakcyjny pakiet startowy.*

- **OPEN (kobiet i mężczyzn)**
  - 1 miejsce – 400,00 zł + puchar
  - 2 miejsce – 300,00 zł + puchar
  - 3 miejsce – 200,00 zł + puchar
- **Kategorie wiekowe**
  - 1 miejsce – puchar
  - 2 miejsce – puchar
  - 3 miejsce – puchar

*Zawodnicy nagradzani w kategorii OPEN nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych.*

- *Najszybszych 3 mieszkańców oraz najszybsze 3 mieszkanki gmin Stowarzyszenia „Puszcza Notecka” - puchary.*
- *Premia górską: dla zwycięzców w kategorii kobiet i mężczyzn – 200,00 zł + puchar.*
- *Klasyfikacja drużynowa (drużyny 3-osobowe) o Puchar Puszczy: najszybsza drużyna otrzyma „Puchar Puszczy”.*
- *Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg w limicie czasu otrzymają pamiątkowe medale.*
- *Nagrody w kategoriach wiekowych zostaną ustalone przez Organizatora.*

### 14. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- *Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne,*
- *Każdy zawodnik, który ukończy bieg otrzyma na mecie posiłek regeneracyjny,*
- ***Ze względu na lokalizację trasy uprasza się zawodników o zwrócenie szczególnej uwagi na utrzymanie czystości na trasie. Puste kubki po napojach, opakowania po żelach oraz skórki od bananów proszę wyrzucać w strefie zrzutu zaraz za punktami odżywiania,***
- *Każdy zawodnik zobowiązany jest do biegu z przypiętym z przodu numerem startowym. Zawodnicy bez numerów będą proszeni o opuszczenie trasy przez obsługę biegu,*
- *Wszelkie celowe próby skrócenia trasy lub inne formy oszustwa (w tym bieg z numerem przypisanym do innej osoby) będą karane dyskwalifikacją oraz brakiem możliwości startu w kolejnych edycjach Maratonu/Półmaratonu Puszczy Noteckiej,*
- *Dla uczestników biegu przewidziany jest depozyt,*
- *Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy uczestników pozostawione w trakcie trwania Maratonu/Półmaratonu poza depozytem, o którym mowa powyżej,*



UCZNIOWSKI KLUB SPORTOWY  
"KORMORAN"  
W SIERAKOWIE

- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione podczas imprezy i za szkody wyrządzone przez uczestników,
- Organizator zapewnia bezpłatne noclegi dla zawodników od dnia 22 września 2018 r. (sobota) do dnia 23 września 2018 r. (niedziela) w sali gimnastycznej kompleksu sportowego „ORLIK 2012” w Sierakowie, ul. Wroniecka 25 – około 40 miejsc,
- Organizator nie zapewnia materacy oraz śpiworów,
- Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne na trasie,
- Organizator nie gwarantuje ubezpieczenia uczestników od następstw nieszczęśliwych wypadków,
- Z uwagi na charakter trasy w biegu nie mogą brać udziału osoby poruszające się na wózkach oraz osoby z dziećmi w wózkach,
- Istnieje możliwość skorzystania z natrysków po biegu. Natryski będą dostępne w kompleksie sportowym "Orlik 2012" przy Zespole Szkół w Sierakowie, ul Wroniecka 25 (około 900 m od mety) oraz ewentualnie w strefie kibica,
- Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora Maratonu,
- Pisemne protesty można składać do 2 dni po zakończonym biegu.
- UWAGA: Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia kontroli antydopingowej spośród pierwszej trójki w klasyfikacji OPEN mężczyzn i kobiet. Pozytywny wynik będzie równoznaczny z dożywotnią dyskwalifikacją w Maratonie Puszczy Noteckiej oraz poinformowaniem PZLA oraz IAAF.

**15. Kontakt do Organizatorów:**

- Dyrektor Biegu – Tomasz Frąk ([tomasz.frak@wp.pl](mailto:tomasz.frak@wp.pl)), tel. 505 175 836
- Prezes Klubu – Arleta Czekala ([aczekala@poczta.onet.pl](mailto:aczekala@poczta.onet.pl)), tel. 504 039 167

Prezes Klubu

Dyrektor Biegu

/ Arleta Czekala /

/ Tomasz Frąk /