

REGULAMIN V ULTRAMARATONU ZIELONOGÓRSKIEGO „Nowe Granice”

I. CEL BIEGU

1. Promocja Zielonej Góry jako miasta przyjaznego biegaczom.
2. Promocja nowych terenów rekreacyjnych w granicach Zielonej Góry po połączeniu z gminą Zielona Góra na przełomie roku 2014/2015.
3. Popularyzacja biegania jako przyjemnej, zdrowej i przyjaznej środowisku formy spędzania wolnego czasu.
4. Popularyzacja biegania w terenie i dystansu ultra – czyli więcej niż maraton.
5. Popularyzacja jazdy rowerem w terenie jako przyjemnej, zdrowej i przyjaznej środowisku formy spędzania wolnego czasu.

II. ORGANIZATOR

1. Organizatorem V Ultramaratonu Zielonogórskiego „Nowe Granice”, zwanego dalej „Zawodami”, jest Stowarzyszenie Nowe Granice.
2. Osobą odpowiedzialną za przeprowadzenie Zawodów, koordynatorem i głównym pomysłodawcą jest Andrzej Dąbrowa.
3. Strona internetowa Zawodów dostępna jest pod adresem www.nowegranice.pl
4. Dane teleadresowe organizatora i osoby odpowiedzialnej znajdują się na stronie Zawodów w zakładce Kontakt.

III. TRASA, TERMIN I MIEJSCE

1. Zawody odbędą się w dniu **23 lutego 2019** r. w Zielonej Górze
2. Start o godz. **6:00** z boiska przy Szkole nr 18 w Zielonej Górze przy ul. Francuskiej 10 dla wszystkich kategorii na dystansie **103km**.
3. Start o godz. **11:30** z PK2 (Nowy Kisielin) dla biegu na dystansie **56km**.
4. Trasa biegnie wzdłuż nowych granic Zielonej Góry, głównie **ścieżkami leśnymi**.
5. Długość trasy to ok. **103km lub 56km** w zależności od wybranego dystansu.
6. Zawodnicy na dystansie 56km pokonują część tej samej trasy co zawodnicy na pełnym dystansie 103km tj. od PK2 (Nowy Kisielin) do mety.
7. Trasa będzie oznaczona taśmami w nieoczywistych miejscach i na skrętach.
8. Ślad trasy będzie dostępny do pobrania przez uczestników ze strony zawodów.
9. Namawiamy aby każdy uczestnik posiadał **urządzenie/aplikację GPS** do nawigacji po trasie według dostarczonego śladu trasy przez organizatora.
10. Meta zawodów dla wszystkich zawodników znajduje się na boisku przy Szkole nr 18 w Zielonej Górze przy ul. Francuskiej 10.

IV. KLASYFIKACJE I NAGRODY

1. Uczestnicy mogą startować w zawodach w trzech kategoriach biegowych oraz dwóch duathlonowych (bieg + rower):
 - a. **Bieg Indywidualny na dystansie 103km** tj. jedna osoba biegnąca cały dystans zawodów,
 - b. **Bieg Sztafet 4 osobowych** tj. 4 osoby w sztafecie biegnące cały dystans zawodów na zmianę (w każdym momencie na trasie musi się znajdować minimum jeden członek sztafety)
 - c. **Duathlon Indywidualny** tj. jedna osoba pokonująca cały dystans zawodów biegiem i rowerem zmieniając dyscypliny w wyznaczonych przez organizatora miejscach,

- d. **Duatlon Sztafet 2-osobowych** tj. 2 osoby pokonujące cały dystans zawodów na zmianę (w każdym momencie na trasie musi się znajdować minimum jeden członek sztafety) biegiem i rowerem zmieniając dyscypliny w wyznaczonych przez organizatora miejscach,
 - e. **Bieg Indywidualny na dystansie 56km**, tj. jedna osoba biegnąca 56km trasy zawodów z osobnym startem przy PK2 do mety.
 - f. **WAŻNE**; Członkowie sztafet sami ustalają miejsca zmian zawodników (pełna dowolność) oraz sami przemieszczają się między punktami zmian
2. Dla kategorii duathlonowych organizator wyznacza następujące **strefy zmian dyscyplin**:
 - g. Start – PKD1 pomiędzy Łochów/Jeleniów (~15km): Bieg
 - h. PKD1 (~15km) – PKD2 Przylep lotnisko (~88km): Rower
 - i. PKD2 (~88km) – Meta (103km): Bieg
 - j. Zmiany dyscyplin mogą nastąpić tylko w wyznaczonych do tego przez Organizatora strefach/punktach: PKD1 i PKD2.
 3. **Organizator nie zapewnia mechaników oraz transportu roweru na/z miejsca zmiany dyscypliny.**
 4. Dla kategorii Indywidualnej Bieg/Duatlon przewidziana jest klasyfikacja generalna mężczyzn i kobiet,
 5. Wszyscy Uczestnicy, którzy ukończą Zawody w limicie czasowym, otrzymają na mecie pamiątkowy medal. W przypadku Sztafet medal otrzymują wszyscy jej członkowie gdy przynajmniej jedna osoba reprezentująca Sztafetę dotrze do Mety w limicie czasu.
 6. Zdobywcy 1-3 miejsca w indywidualnej klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn biegu i duathlonu, 1-3 miejsca w Sztafecie 4 osobowej oraz 1-3 miejsca w Sztafecie duathlonowej (2-osobowej) otrzymają nagrody od Organizatora.

V. POMIAR I LIMITY CZASU

1. Pomiar czasu prowadzony będzie elektronicznie, przy pomocy chipów.
2. Podczas zawodów wszyscy Uczestnicy muszą mieć numery startowe przymocowane w widocznym miejscu.
3. Na trasie będą znajdować się punkty kontrolne pomiaru czasu.
4. Wszystkich zawodników obowiązują te same limity czasu, wynoszące:
 - a. PK1 Jarogniewice (ok. 23 km trasy): 9:00
 - b. PK2 Nowy Kisielin (ok. 47 km trasy): 12:30
 - c. PK3 Stożne (ok. 62 km trasy): 14:30
 - d. PK4 Parking leśny kolo wsi Wysokie, (ok. 80 km trasy): 17:00
 - e. PK5 Zielona Góra ul. Folszowa (ok. 98 km trasy): 19:45
 - f. Meta, Zielona Góra ul. Francuska (ok. 103 km trasy): 20:30
5. Dodatkowo zawodników w kategoriach duathlonowych obowiązują limity czasu, wynoszące:
 - g. PKD1 pomiędzy Łochów/Jeleniów (ok. 15km trasy): 8:00
 - h. PKD2 Przylep lotnisko (ok. 88km trasy): 14:00
7. Osoby, znajdujące się na trasie po limicie czasowym, zobowiązane są do przerywania uczestnictwa w zawodach, zejścia z trasy i poinformowania o tym fakcie organizatorów zawodów.

VI. ZGŁOSZENIA I WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Zgłoszenia przyjmowane są poprzez formularz zgłoszeniowy, dostępny na stronie internetowej biegu do dnia 10 lutego 2019r lub do osiągnięcia limitu Uczestników oraz w Biurze Zawodów w godzinach jego otwarcia.
2. W przypadku rejestracji **Sztafety** należy podać jej nazwę, **taką samą dla każdego zawodnika** danej Sztafety podczas zapisów.
3. Organizator wyznacza limit uczestników:
 - Bieg Indywidualny 103km: 200 osób
 - Bieg Indywidualny 56km: 100 osób
 - Bieg Sztafet 4-osobowych: 100 sztafet
 - Duathlon Indywidualny: 50 osób
 - Duathlon Sztafet 2-osobowych: 40 sztafet
 - 50 miejsc do dyspozycji organizatora
 - Limity mogą ulec zmianie.
4. Zgłoszenia on-line zostaną zawieszane 10 lutego 2019r roku o godz. 23:59.
5. W Zawodach prawo startu mają wyłącznie osoby, które w dniu startu będą miały ukończone 18 lat.
6. Wszyscy zawodnicy, startujący w Zawodach, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów podczas odbioru pakietu startowego i przejść pozytywnie kontrole sprzętu obowiązkowego,
7. Zawodnicy z kategorii indywidualnych na dystansie 103km powinni uczestniczyć w obowiązkowej odprawie w przeddzień biegu tj. 22 lutego 2019 r.
8. Lista sprzętu obowiązkowego (ekwipunku) będzie dostępna na stronie internetowej biegu. Lista ta może nieznacznie ulec zmianie (dostosowanie do warunków atmosferycznych) o czym Organizator poinformuje uczestników w Komunikacie Startowym lub najpóźniej na odprawie.

VII. OPŁATY

1. Każdy Uczestnik Zawodów, niezależnie od kategorii i dystansu, ponosi koszty opłaty startowej. Opłata startowa wynosi
 - a. do dnia 25 listopada 2018 r - 100 zł,
 - b. od 26 listopada do 9 grudnia 2018 r. - 120 zł
 - c. od 10 grudnia 2018 r. do 11 lutego 2019 r. - 140 zł
 - d. w biurze zawodów - 160zł.
2. Każdy uczestnik Zawodów może zamówić pamiątkową koszulkę techniczną z logo biegu. Koszt koszulki to 70 zł. Sumę należy doliczyć do opłaty startowej. Dostępne są rozmiary:
 - e. Koszulka damska rozmiary XS, S, M, L, XL
 - f. Koszulka męska: rozmiary S, M, L, XL, XXL
 - g. Tabele rozmiarów dostępne na stronie internetowej biegu.
3. Dla zawodników na dystansie 56km organizator zapewnia transport autobusem/busem z parkingu przy Szkole nr 18 w Zielonej Górze przy ul. Francuskiej 10 na start przy PK2 (Nowy Kisielin) za opłatą 10zł. Sumę należy doliczyć do opłaty startowej.
4. Dla zapisanych po 31 stycznia 2019 r. koszulki i medale nie są gwarantowane.
5. Opłatę startową należy wpłacać przy rejestracji online (płatności online)
6. Dowodem wpłynięcia opłaty jest pojawienie się informacji o wpłacie przy nazwisku Uczestnika na stronie zapisów.
7. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi ani przeniesieniu na innego Uczestnika.

8. Organizator nie zwraca opłaty wpisowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w Zawodach.

VIII. ŚWIADCZENIA

1. Uczestnicy otrzymują pakiety startowe, które będą zawierać:
 - a. numer startowy
 - b. chip do pomiaru czasu
 - c. mapkę z trasą biegu, informacjami o limitach czasowych, punktach odżywczych i numerami kontaktowymi,
 - d. gadżety biegowe
2. **UWAGA!** Pełny pakiet startowy będzie gwarantowany TYLKO i WYŁĄCZNIE dla Uczestników, którzy zapiszą się drogą elektroniczną i uiszczą opłatę startową do dnia 31 stycznia 2019 r.
3. Punkty odżywcze będą rozmieszczone na każdym punkcie z limitem czasu.
4. Punkty odżywcze w Jarogniewicach, Nowym Kisielinie, Stożnem, przy wsi Wysokie, w Zielonej Górze ul. Foluszowa oraz Meta będą zaopatrzone w suszone owoce, ciasto/drożdżówki oraz napoje i ciepłą herbatę. Posiłek regeneracyjny znajdować się będzie na mecie.
5. Depozyty ubraniowe:
 - e. Uczestnicy mają możliwość zdeponowania rzeczy w specjalnie wyznaczonym miejscu w okolicach Startu/Mety Zawodów.
 - f. Organizator zapewnia jeden przepak na trasie biegu dla biegnących w kategorii indywidualnej. Przepak będzie znajdował się na punkcie w Stożnem (ok 62km).
 - g. zainteresowani zdeponowaniem rzeczy mogą w punkcie depozytu odebrać worek oznaczony numerem startowym. Odbiór rzeczy z depozytu tylko na podstawie numeru startowego.
 - h. w przypadku zgubienia przez Uczestnika numeru startowego, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie depozytu przez inną osobę.
 - i. Uwaga! Organizator nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty wartościowe pozostawione w depozycie.
6. Przed i po biegu Uczestnicy będą mieli możliwość skorzystania z szatni oraz pryszniców (szatnie zlokalizowane są w Sali Sportowej przy Szkole nr 18 w Zielonej Górze przy ul. Francuskiej 10)
7. Organizator zapewnia opiekę ratowników medycznych na trasie biegu i na mecie. Zespół ratowniczy będzie miał do dyspozycji karetkę oraz samochód terenowy.
8. Organizator wymaga umiejętności podania aktualnej pozycji GPS w celu efektywnego skierowania zespołu ratowniczego do potencjalnego poszkodowanego.
9. W telefonie komórkowym należy posiadać wpisany nr do Koordynatora Zawodów, na który należy wysłać SMS'em aktualną pozycję GPS gdy taka potrzeba zostanie zasygnalizowana.
10. Decyzje personelu medycznego oraz sędziów dotyczące kontynuowania biegu podczas Zawodów są ostateczne i nieodwołalne.
11. Numery alarmowe i kontaktowe zostaną podane w Komunikacie Startowym.

IX. BIURO ZAWODÓW

1. Biuro Zawodów mieści się Zielonej Górze przy ul. **Francuskiej 10 w Sali Gimnastycznej Szkoły Podstawowej nr 18.**
2. Plan dojazdu jest opublikowany na stronie Zawodów

3. Biuro Zawodów będzie czynne w piątek 22 lutego 2019 r., w godzinach 16:00-22:00.
4. Uczestnicy biegu odbierają pakiety startowe osobiście, na podstawie dokumentu potwierdzającego tożsamość.
5. Nie jest wymagane zaświadczenie lekarskie. Uczestnik zgłaszając się do Biura Zawodów podpisuje deklarację, w której informuje, że jest zdrowy oraz, że biegnie na własną odpowiedzialność.
6. O godzinie 19:00 odbędzie się **odprawa biegu**, na której Organizator omówi trasę biegu i szczegóły techniczne (miejsce odprawy zostanie podane w komunikacie na stronie zawodów). Odprawa jest obowiązkowa jedynie dla uczestników kategorii indywidualnych na dystansie 103km.
7. **Kontrola wymaganego ekwipunku** zostanie przeprowadzona podczas odbioru pakietu w biurze zawodów. Brak jakiegokolwiek wymaganej rzeczy dyskwalifikuje zawodnika z uczestnictwa w Zawodach. **TYLKO pozytywnie zakończona kontrola ekwipunku jest ostatecznym potwierdzeniem uczestnictwa w Zawodach.**
8. Organizator będzie sprawdzał wymagany ekwipunek także podczas trwania Zawodów jak i na Mecie zawodów. W przypadku stwierdzenia braku wymaganego ekwipunku Organizator może zdyskwalifikować zawodnika lub nałożyć karę czasową (wyjątkiem są pieniądze, które można wydać na trasie).

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Dozwolone jest korzystanie z kijków typu nordic walking.
2. Zabrania się skracania trasy Zawodów lub pokonywania jej inaczej niż pieszo lub rowerem (dla kategorii duathlonowych) – w takich przypadkach Organizator może zdyskwalifikować zawodnika lub nałożyć karę czasową.
3. W przypadku kategorii duathlonowych zabrania się używania roweru poza wyznaczoną strefą dla tej dyscypliny w takich przypadkach Organizator może zdyskwalifikować zawodnika lub nałożyć karę czasową.
4. W przypadku dyskwalifikacji zawodnika uczestniczącego w sztafecie, dyskwalifikowani są automatycznie wszyscy jej członkowie.
5. Uczestników obowiązują przepisy Prawa Ruchu Drogowego przy przekraczaniu i poruszaniu się drogami na trasie Zawodów.
6. Od startu do 8 rano oraz od 16:00 do końca biegu uczestnicy muszą posiadać elementy odblaskowe (widoczne z przodu jak i z tyłu), latarkę (najlepiej czołówkę).
7. Osoba/sztafeta rezygnująca z uczestnictwa w zawodach podczas jego trwania zobowiązana jest do powiadomienia telefonicznego organizatora o tym fakcie. Należy pamiętać, że w przypadku gdy zawodnik nie pojawi się na punkcie kontrolnym w limicie czasu i nie będzie z nim kontaktu, to zostanie wszczęta akcja ratownicza.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu lub jego przerwania bez podania powodów.
9. Zawodnik startując w Zawodach wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji Zawodów, oraz przetwarzania danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów.
10. Uczestników Zawodów obowiązuje niniejszy regulamin
11. Zawody są imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem Uczestnika w czasie biegu, wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez Uczestnika.

12. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi Zawodów.
13. Dla ochrony zawodników biorących udział w biegu zabrania się uczestnictwa osobom pod wpływem alkoholu oraz innych środków odurzających.