

REGULAMIN

Biegu Rokity po Diabelskiej Równicy

1. Cel imprezy

- Popularyzacja biegów górskich w Polsce
- Promocja walorów turystycznych rejonu Beskidów
- Promocja gminy Ustroń oraz walorów turystycznych Beskidu Śląskiego
- Promowanie zdrowego stylu życia, aktywności fizycznej w tym biegania, jako najprostszej formy rekreacji

2. Organizator

- Stowarzyszenie „Wspólnie dla Ustronia” (www.wspolniedlaustronia.pl)
- Patronat honorowy: Miasto Ustroń

3. Termin i miejsce zawodów

21.09.2018. Ustroń, ul. Nadrzeczna 1, Karczma nad Wisłą

Start godz.10.00: biuro zawodów czynne w dniu imprezy od godz.7.30

Biuro zawodów: Karczma nad Wisłą, ul. Nadrzeczna 1

4. Trasa i dystans

Typ biegu: anglosaski

Długość trasy: ok.14 km, przewyższenie 697m

Dokładna mapa trasy zostanie opublikowana w oddzielnym komunikacie. Trasa będzie oznaczona w terenie za pomocą taśm, znaków i znaczników.

Uczestnicy zobowiązani są przed startem do zapoznania się z mapką trasy, a podczas biegu do poruszania się zgodnie z trasą określoną na mapie i informacjami podanymi przez organizatora przed startem.

Zawody odbywać się będą przy nieograniczonym ruchu drogowym. Zawodnicy podczas biegu muszą zachować szczególną ostrożność mając na uwadze możliwość wyjechania pojazdów, zwłaszcza z pól, dróg leśnych czy pojedynczych zabudowań. Organizator jednocześnie dołoży wszelkich starań o właściwe zabezpieczenie i informacje dla zmotoryzowanych okolicznych mieszkańców.

5. Program zawodów

- Otwarcie Biura Zawodów- Rejestracja Zawodników- godz.7.30- 9.30
- Odprawa techniczna- godz.9.45
- Depozyt - godz.9.00- 14.00
- Start - godz.10.00
- Przewidywany czas pierwszego zawodnika - 70 minut
- Przewidywany czas ostatniego zawodnika - 150 minut
- Dekoracja Zwycięzców – ok. godz.14.00
- Czas pracy bufetu: od godz. 11.30-14.00

6. Pomiar i limity czasu

Pomiar czasu prowadzony jest z wykorzystaniem systemu elektronicznego.

Organizator określa limit czasu na 3 godziny.

Zawodnicy, którzy nie ukończą zawodów w tym limicie, zobowiązani są do zejścia z trasy zawodów.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za przebywanie uczestników na trasie biegu po upływie wyznaczonego czasu

7. Punkty odżywiania i punkty kontrolne

Punkt żywnościowy znajduje się na mecie. Do dyspozycji zawodników będą: woda, owoce, ciastka, ciepły posiłek.

Dodatkowo przy Dworze Skibówka (ok.4km trasy) będzie do dyspozycji zawodników woda.

W jednym punkcie na trasie będzie umiejscowiony punkt kontrolny, w którym sędzia zawodów odnotuje biegnącego zawodnika.

8. Klasyfikacja

Klasyfikacja biegu prowadzona będzie w kategorii open kobiety i mężczyźni oraz w kategoriach wiekowych

Klasyfikacja w grupach wiekowych:

- | | | |
|------------------|-------------|-----------------------|
| ▪ M1 – mężczyźni | 18 – 29 lat | rocznik 2001 – 1990 |
| ▪ M2 – mężczyźni | 30 – 39 lat | rocznik 1989 – 1980 |
| ▪ M3 – mężczyźni | 40 – 49 lat | rocznik 1979– 1970 |
| ▪ M4 – mężczyźni | 50 + | rocznik 1969 i niższy |
| | | |
| ▪ K1 – kobiety | 18 - 29 lat | rocznik 2001 – 1990 |
| ▪ K2 – kobiety | 30 – 39 lat | rocznik 1989 - 1980 |
| ▪ K3 – kobiety | 40 – 49 lat | rocznik 1979 – 1970 |
| ▪ K4 – kobiety | 50+ | rocznik 1969 i niższy |

Dodatkowo będzie prowadzona klasyfikacja najlepszy i najlepsza zawodniczka z Gminy Ustroń.

9. Wyposażenie zawodnika

Każdy zawodnik na trasie zawodów zobowiązany jest posiadać :

- Trwale przymocowany numer startowy w widocznym miejscu (z przodu)
- sprawny telefon komórkowy z naładowaną baterią i numerem telefonu podanym organizatorom
- folię NRC
- odzież dostosowaną do warunków atmosferycznych

10. Uczestnictwo i zgłoszenie

Zawodnicy startują indywidualnie. Uczestnikiem zawodów może być osoba, która najpóźniej w dniu 21.09.2019 ukończy 18 lat. W przypadku osób nieletnich wymagana jest pisemna zgoda rodziców lub prawnych opiekunów.

Zawodnicy dokonując rejestracji i startując w zawodach oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność i że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w biegu górskim.

Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Każdy z zawodników winien wnieść opłatę startową według obowiązującego cennika oraz stawić się z numerem startowym , przypiętym do koszulki w widocznym miejscu (z przodu). Zawodnik musi posiadać podczas

weryfikacji dowód tożsamości lub oświadczenie opiekunów prawnych. Wszyscy zawodnicy zobligowani są do przestrzegania niniejszego Regulaminu. Organizator zastrzega sobie prawo wycofania zawodnika z trasy (a tym samym zdyskwalifikowania) w przypadku nieodnotowania obecności zawodnika w punkcie kontrolnym.

11. Zgłoszenia i zapisy

Warunkiem uczestnictwa w Biegu jest prawidłowe wypełnienie Formularza Rejestrowego. Rejestracja zawodników odbywa się przez formularz internetowy na stronie Dostartu.pl do dnia 14.09.2019, a także w biurze zawodów w dniu 21.09.2019 (Karczma nad Wisłą, ul. Nadrzeczna 1, 43-450 Ustroń) od godz.8.00 do godz.9.30

12. Wpisowe

Opłata za udział w zawodach pokrywa udział w zawodach i w zależności od opcji wynosi:

- 60zł – termin wpłaty do 31.05.2019
- 70 zł – termin wpłaty do 14.09.2019
- 80zł – opłata w biurze zawodów (płatność gotówką).

Organizator nie zwraca opłaty startowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w zawodach. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

Organizator zastrzega możliwość braku pełnych świadczeń w dniu zawodów dla wpłat i płatności po 14 września.

W przypadku wniesienia opłaty wpisowej w niewystarczającej wysokości (np. w wyniku przekroczenia terminu wpłaty określonego w niniejszym regulaminie) zawodnik jest zobowiązany do dopłacenia różnicy do wysokości kwoty, jaką winien on być wnieść zgodnie z terminem, w jakim dokonywał swojej ostatniej wpłaty)

13. Świadczenia startowe

Każdy zarejestrowany Zawodnik w ramach wpisowego otrzyma następujące świadczenia startowe:

- Numer startowy
- Zabezpieczenie medyczne
- Elektroniczny pomiar czasu
- Oznakowaną trasę
- Napoje i posiłek regeneracyjny na mecie
- Pamiątkowy medal
- Trofea i nagrody dla zwycięzców
- Depozyt
- Obsługę techniczną
- Dobrą zabawę i super atmosferę
- Dodatkowe świadczenia w miarę hojności sponsorów

14. Wyniki i nagrody

- Pierwsze miejsca w kategorii generalnej kobiet i mężczyzn – puchary
- Trzy miejsca w poszczególnych grupach wiekowych kobiet i mężczyzn – puchary
- Nagrody rzeczowe w miarę hojności sponsorów
- Wyniki będą dostępne w Internecie do 24 godzin po zawodach

15. Postanowienia końcowe

- Uczestnik jest zobowiązany do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasada fair play oraz niniejszego regulaminu
- Zawodnicy skracający trasę Biegu zostaną zdyskwalifikowani
- Jeśli zawodnik wycofa się w trakcie rywalizacji musi niezwłocznie poinformować o tym organizatorów. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej
- Depozyty ubraniowe – zawodnicy mogą otrzymać worek oznaczony numerem startowym, umożliwiający zdeponowanie rzeczy w specjalnie wyznaczonym miejscu. Worek z depozytu można będzie odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę. Osoby pozostawiające w depozycie przedmioty wartościowe oraz dokumenty robią to na własną odpowiedzialność.
- Organizator nie zapewnia żadnego ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i /lub uczestnictwem w Biegu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce
- Decyzje lekarzy dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne
- Zawodnik na mecie bez numeru startowego nie będzie sklasyfikowany
- Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w Regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora. O zmianach w Regulaminie Organizator będzie informował na stronie internetowej Biegu
- Organizator rezerwuje sobie prawo do zmiany trasy, skrócenia lub odwołania zawodów w przypadku bardzo złych warunków pogodowych lub innych zewnętrznych czynników mogących zagrażać bezpieczeństwu uczestników bez prawa zwrotu wpisowego
- Organizator zastrzega sobie prawo do wysyłania uczestnikom Biegu informacji handlowych i marketingowych od Organizatora, partnerów i sponsorów Biegu, a także do wewnętrznych potrzeb administracyjnych i analitycznych
- Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom z nim powiązany, prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadów, robienia zdjęć i/lub filmowania, używania imion i nazwisk, wizerunku, głosu oraz innych materiałów pochodzących lub związanych z uczestnictwem w Biegu na potrzeby reklamowe, promocyjne, a także możliwość ich wykorzystania w Internecie lub transmisjach radiowo- telewizyjnych oraz na wszelkie inne potrzeby komercyjne z prawem do ich modyfikowania

- Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom powiązanim prawo do nieodpłatnego wykorzystania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań przedstawiających Uczestników, które mogą być bezpłatnie umieszczane na wybranych nośnikach elektronicznych, katalogach oraz mediach: telewizja, radio, gazety, magazyny, strony internetowe na potrzeby reklamowe i promocyjne. Uczestnik oświadcza, że Organizator nie jest i nie będzie zobligowany do uiszczenia jakichkolwiek opłat związanych z działaniami opisanymi w niniejszym punkcie, udzielając tym samym nieograniczonej licencji na używanie wypowiedzi, swojego wizerunku, informacji bez powiadomienia w celu reklamy i promocji Biegu oraz innych wydarzeń organizowanych przez Stowarzyszenie Wspólnie dla Ustronia
- W sprawach nieujętych Regulaminem rozstrzyga Organizator.

12. Dodatkowe informacje na temat zawodów będą umieszczane na stronach:

www.facebook.com/wspolniedlaustronia

www.facebook.com/biegrokity

www.wspolniedlaustronia.pl

REGULAMIN

Marszu Nordic Walking po diabelskiej Równicy

1. Cel imprezy

- Popularyzacja Nordic Walking jako dyscypliny sportu i rekreacji, pomagającej zachować witalność i zdrowie w każdym wieku
- Promocja walorów turystycznych rejonu Beskidów
- Promocja gminy Ustroń oraz walorów turystycznych Beskidu Śląskiego
- Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Ustronia, Powiatu i Polski w tym integracja lokalnego środowiska sympatyków Nordic Walking

2. Organizator

- Stowarzyszenie „Wspólnie dla Ustronia” (www.wspolniedlaustroonia.pl)
- Patronat honorowy: Miasto Ustroń

3. Termin i miejsce zawodów

21.09.2019. Ustroń, ul. Nadrzeczna 1, Karczma nad Wisłą

Start godz.9.00: biuro zawodów czynne w dniu imprezy od godz.7.30

Biuro zawodów: Karczma nad Wisłą, ul. Nadrzeczna 1

4. Trasa i dystans

Typ trasy- asfaltowo- szutrowa, ścieżki leśne

Długość trasy: ok.14 km, przewyższenie 697m

Dokładna mapa trasy zostanie opublikowana w oddzielnym komunikacie. Trasa będzie oznaczona w terenie za pomocą taśm, znaków i znaczników.

Uczestnicy zobowiązani są przed startem do zapoznania się z mapką trasy, a podczas marszu do poruszania się zgodnie z trasą określoną na mapie i informacjami podanymi przez organizatora przed startem.

Zawody odbywać się będą przy nieograniczonym ruchu drogowym. Zawodnicy podczas marszu muszą zachować szczególną ostrożność mając na uwadze możliwość wyjechania pojazdów, zwłaszcza z pól, dróg leśnych czy pojedynczych zabudowań. Organizator jednocześnie doloży wszelkich starań o właściwe zabezpieczenie i informacje dla zmotoryzowanych okolicznych mieszkańców.

5. Program zawodów

- Otwarcie Biura Zawodów- Rejestracja Zawodników- godz.7.30- 8.30
- Odprawa techniczna- godz.8.45
- Depozyt - godz.8.00- 14.00
- Start - godz.9.00
- Przewidywany czas pierwszego zawodnika marszu – 3 godziny
- Przewidywany czas ostatniego zawodnika marszu- 5 godzin
- Dekoracja Zwycięzców – ok. godz.14.00
- Czas pracy bufetu: od godz. 11.30-14.00

6. Pomiar i limity czasu

Organizator określa limit czasu na 5 godzin.

Zawodnicy, którzy nie ukończą zawodów w tym limicie, zobowiązani są do zejścia z trasy zawodów.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za przebywanie uczestników na trasie marszu po upływie wyznaczonego czasu

7. Punkty odżywiania i punkty kontrolne

Punkt żywnościowy znajduje się na mecie. Do dyspozycji zawodników będą: woda, owoce, ciastka, ciepły posiłek.

Dodatkowo przy Dworze Skibówka (ok.4 km trasy) będzie do dyspozycji zawodników woda.

W jednym punkcie na trasie będzie umiejscowiony punkt kontrolny, w którym sędzia zawodów odnotuje maszerującego zawodnika.

8. Klasyfikacja

Klasyfikacja marszu prowadzona będzie w kategorii open kobiet i mężczyzn

9. Wyposażenie zawodnika

Każdy zawodnik na trasie zawodów zobowiązany jest posiadać :

- Trwale przymocowany numer startowy w widocznym miejscu (z przodu)
- chip
- sprawny telefon komórkowy z naładowaną baterią i numerem telefonu podanym organizatorom
- folię NRC
- odzież dostosowaną do warunków atmosferycznych

10. Uczestnictwo i zgłoszenie

Zawodnicy startują indywidualnie pokonując trasę marszem z kijkami do Nordic Walking.

Podczas marszu zawodnik przemieszcza się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób, że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem.

Bieg i skracanie trasy jest równoznaczne z automatyczną dyskwalifikacją, zawodnicy pilnują się sami, o nieprawidłowościach informują organizatorów.

Uczestnikiem zawodów może być osoba, która najpóźniej w dniu 21.09.2019 ukończy 18 lat. W przypadku osób nieletnich wymagana jest pisemna zgoda rodziców lub prawnych opiekunów.

Zawodnicy dokonując rejestracji i startując w zawodach oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność i że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w marszu.

Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów.

Każdy z zawodników winien wnieść opłatę startową według obowiązującego cennika oraz stawić się z numerem startowym, przypiętym do koszulki w widocznym miejscu (z przodu).

Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości lub oświadczenie opiekunów prawnych.

Wszyscy zawodnicy zobligowani są do przestrzegania niniejszego Regulaminu.

Organizator zastrzega sobie prawo wycofania zawodnika z trasy (a tym samym zdyskwalifikowania) w przypadku nieodnotowania obecności zawodnika w punkcie kontrolnym.

11. Zgłoszenia i zapisy

Warunkiem uczestnictwa w Marszu jest prawidłowe wypełnienie Formularza Rejestrowego. Rejestracja zawodników odbywa się przez formularz internetowy na stronie Dostartu.pl do dnia 14.09.2019, a także w biurze zawodów w dniu 21.09.2019 (Karczma nad Wisłą, ul. Nadrzeczna 1, 43-450 Ustron) od godz.7.30 do godz.8.30

12. Wpisowe

Opłata za udział w zawodach pokrywa udział w zawodach i w zależności od opcji wynosi:

- 50zł – termin wpłaty do 31.05.2019
- 60 zł- termin wpłaty do 14.09.2019
- 70zł – opłata w biurze zawodów (płatność gotówką)

Organizator nie zwraca opłaty startowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w zawodach. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

Organizator zastrzega możliwość braku pełnych świadczeń w dniu zawodów dla wpłat i płatności po 14 września.

W przypadku wniesienia opłaty wpisowej w niewystarczającej wysokości (np. w wyniku przekroczenia terminu wpłaty określonego w niniejszym regulaminie) zawodnik jest zobowiązany do dopłacenia różnicy do wysokości kwoty, jaką winien on być wnieść zgodnie z terminem, w jakim dokonywał swojej ostatniej wpłaty)

13. Świadczenia startowe

Każdy zarejestrowany Zawodnik w ramach wpisowego otrzyma następujące świadczenia startowe:

- Numer startowy
- pomiar czasu
- Zabezpieczenie medyczne
- Oznakowaną trasę
- Napoje i posiłek regeneracyjny na mecie
- Pamiątkowy medal
- Trofea i nagrody dla zwycięzców
- Depozyt
- Obsługę techniczną
- Dobrą zabawę i super atmosferę
- Dodatkowe świadczenia w miarę hojności sponsorów

14. Wyniki i nagrody

- Pierwsze miejsca w kategorii generalnej kobiet i mężczyzn – puchary
- Nagrody rzeczowe w miarę hojności sponsorów
- Wyniki będą dostępne w Internecie do 24 godzin po zawodach

15. Postanowienia końcowe

- Uczestnik jest zobowiązany do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w marszu, w szczególności zasada fair play oraz niniejszego regulaminu
- Zawodnicy skracający trasę marszu zostaną zdyskwalifikowani
- Jeśli zawodnik wycofa się w trakcie rywalizacji musi niezwłocznie poinformować o tym organizatorów. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej
- Depozyty ubraniowe – zawodnicy mogą otrzymać worek oznaczony numerem startowym, umożliwiający zdeponowanie rzeczy w specjalnie wyznaczonym miejscu. Worek z depozytu można będzie odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę. Osoby pozostawiające w depozycie przedmioty wartościowe oraz dokumenty robią to na własną odpowiedzialność.
- Organizator nie zapewnia żadnego ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i /lub uczestnictwem w Biegu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika uszkodzonego w bezpieczne miejsce
- Decyzje lekarzy dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne
- Zawodnik na mecie bez numeru startowego nie będzie sklasyfikowany
- Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w Regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora. O zmianach w Regulaminie Organizator będzie informował na stronie internetowej Biegu
- Organizator rezerwuje sobie prawo do zmiany trasy, skrócenia lub odwołania zawodów w przypadku bardzo złych warunków pogodowych lub innych zewnętrznych czynników mogących zagrażać bezpieczeństwu uczestników bez prawa zwrotu wpisowego
- Organizator zastrzega sobie prawo do wysyłania uczestnikom Biegu informacji handlowych i marketingowych od Organizatora, partnerów i sponsorów Biegu, a także do wewnętrznych potrzeb administracyjnych i analitycznych
- Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom z nim powiązany, prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadów, robienia zdjęć i/lub filmowania, używania imion i nazwisk, wizerunku, głosu oraz innych materiałów pochodzących lub związanych z uczestnictwem w Biegu na potrzeby reklamowe, promocyjne, a także możliwość ich wykorzystania w Internecie lub transmisjach radiowo- telewizyjnych oraz na wszelkie inne potrzeby komercyjne z prawem do ich modyfikowania
- Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom powiązany, prawo do nieodpłatnego wykorzystania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań przedstawiających Uczestników, które mogą być bezpłatnie umieszczane na wybranych nośnikach elektronicznych, katalogach oraz mediach: telewizja, radio, gazety, magazyny, strony internetowe na potrzeby reklamowe i promocyjne. Uczestnik oświadcza, że Organizator nie jest i nie będzie zobligowany do uiszczenia jakichkolwiek opłat związanych z działaniami opisanymi w niniejszym punkcie, udzielając tym samym nieograniczonej licencji na używanie

wypowiedzi, swojego wizerunku, informacji bez powiadomienia w celu reklamy i promocji Biegu oraz innych wydarzeń organizowanych przez Stowarzyszenie Wspólnie dla Ustronia

- W sprawach nieujętych Regulaminem rozstrzyga Organizator.

12. Dodatkowe informacje na temat zawodów będą umieszczane na stronach:

www.facebook.com/wspolniedlaustronia

www.facebook.com/biegrokity

www.wspolniedlaustronia.pl