

REGULAMIN

Biegów Górskich w Sanoku

„Biegi Górskie Sanok 2019”

1. CEL IMPREZY

- Popularyzacja biegów masowych oraz biegania jako najprostszej formy ruchu.
- Promocja miasta i regionu.
- Promocja zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń.

2. ORGANIZATORZY

Łukasz Łagoźny
F.H.U. LUKALL Łukasz Łagoźny
ul. Przemyska 70
38-500 Sanok
NIP 687 172 86 01

3. INFORMACJE I KONTAKT

- www.biegigorskiesanok.pl
- Dyrektor zawodów – Łukasz Łagoźny tel.: 503 619 559, biegisanok@gmail.com
- Biuro zawodów – Krystyna Gawlewicz, tel.: 502 398 569, biegisanok@gmail.com

4. PARTNERZY

- Muzeum Budownictwa Ludowego w Sanoku,
- Miasto Sanok,
- Grupa Biegowa Pozytywnie Zabiegani Sanok.

5. TERMIN I MIEJSCE

- 20-21 września 2019 r. Sanok, Muzeum Budownictwa Ludowego, Park Etnograficzny, ul. Rybickiego 3, 38-500 Sanok.

6. PROGRAM ZAWODÓW

20.09.2019:

- 14:00 oficjalne otwarcie imprezy i biura zawodów, powitanie uczestników (Muzeum Budownictwa Ludowego, Park Etnograficzny, ul. Rybickiego 3, 38-500 Sanok),
- 16:00 – odjazd autobusu dla uczestników „Biegu Anart”, parking MBL,
- 17:50 – odprawa „Biegu Anart”, Dynów, obecność obowiązkowa(!),
- 18:00 – start „Biegu Anart” 124km – Dynów,

21.09.2019:

- 6:00 – otwarcie biura zawodów, powitanie uczestników
- 06:45 – oficjalne otwarcie imprezy i powitanie uczestników,

- 06:50 – odprawa „Biegu Słonnego”,
- 7:00 – start „Biegu Słonnego”,
- 9:50 – odprawa „Biegu Orlego”,
- 10:00 – start „Biegu Orlego”,
- 11:50 – odprawa „Dychy”,
- 12:00 – start „Dychy”,
- 13:30 – starty biegów dla dzieci (dokładny harmonogram oraz zapisy w późniejszym terminie)
- 17:00 – dekoracja zwycięzców biegów głównych, losowanie nagród.

7. TRASA, DYSTANS

- 10km – 1 pętla,
- 30km – 1 pętla,
- 50km – 1 pętla,
- 124km – niepowtarzająca się trasa .
- Przebieg trasy biegu według mapki na stronie internetowej biegu (w przygotowaniu, może nastąpić nieznaczna modyfikacja).
- Limity czasowe dla poszczególnych biegów :
 - 10 km – 2 godziny
 - 30 km – 5 godzin
 - 50 km – 8 godzin = limit na trzecim punkcie kontrolnym „Rakowa” (22km): 3,5h
 - 124 km – 23 godziny = limit na drugim punkcie kontrolnym (50km): 7,5h; trzecim punkcie kontrolnym (80km): 11,5h; i czwartym punkcie kontrolnym (100km): 14,5h.

Dotarcie na PK po limicie czasowym skutkuje dyskwalifikacją zawodnika.

- Typ trasy: miękka, z małymi odcinkami dróg asfaltowych.
- Pomiar czasu – elektroniczny, z wykorzystaniem transponderów pomiarowych (chipów) zwrotnych, wsznurowanych w buta. Transpondery będą wydawane nieodpłatnie w biurze zawodów przy weryfikacji wraz z pakietem startowym w piątek, 20 września 2019 r. oraz w sobotę 21 września 2018 r. (w zależności od startu biegu).
- Trasa 10, 30 i 50 km będzie oznakowana taśmami, a także chorągiewkami miejscach newralgicznych.
- Trasa dystansu 124 km (Bieg Anart) ma charakter biegu na orientację, prowadzi dwoma szlakami PTTK (niebieskim Dynów - Przemyśli oraz czerwonym Przemyśl - Sanok), nie będzie dodatkowo znaczone taśmami.
- Klasyfikacja zawodników odbywa się wg czasów brutto.

WSZYSCY UCZESTNICY BIEGÓW MAJĄ OBOWIĄZEK STOSOWANIA SIĘ DO ZASAD RUCHU DROGOWEGO!

8. BIURO ZAWODÓW, SZATNIE, DEPOZYTY

- Biuro zawodów, szatnie oraz depozyt – na terenie MBL Sanok.
- Biuro zawodów czynne w piątek, 20 września 2019 r. w godz. 14:00 – 19:00 oraz w sobotę 21 września 2019 r. w godz. 6:00 – 11.00 (w zależności od startu biegu).
- Odbiór pakietu startowego za innego uczestnika tylko na podstawie podpisanego „Upoważnienia do odbioru pakietu startowego za inną osobę” dostępnego na stronie biegu.

- Pozostawienie i odbiór depozytów odbywać się będzie TYLKO na podstawie numeru startowego.
- Depozyty na przepak Biegu Anart: zdanie do biura zawodów do 16:00 (20.09.2019), odbiór po biegu 21.09.2019 w biurze zawodów do godziny 17:00.
- Za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie organizator nie odpowiada.
- Po biegu nie będzie możliwości skorzystania z natrysków (staramy się to zmienić o czym poinformujemy w późniejszym terminie).

9. KLASYFIKACJA:

- Klasyfikacja Generalna Kobiet i Mężczyzn - w każdym z biegów.
- Kategoria mieszkańców Sanoka i Powiatu Sanockiego Kobiet i Mężczyzn - w każdym z biegów.

10. UCZESTNICTWO

- W biegu głównym prawo startu mają osoby, które wypełniły formularz zgłoszeniowy, wpłaciły wpisowe i ukończyły 16 lat do 20 września 2019 r. Osoby niepełnoletnie mogą startować w biegu za okazaniem pisemnej zgody prawnego opiekuna. W biegu na 124 km osoby niepełnoletni nie mogą wziąć udziału.
- Limit uczestników biegu wynosi:
 - 10 km : 200 osób,
 - 30 km : 200 osób,
 - 50 km : 200 osób,
 - 124 km : 100 osób.
- Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wypełnienia limitu zgłoszeń lub z innych niezależnych od organizatora powodów.
- Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu oraz okazanie dokumentu tożsamości, celem weryfikacji danych osobowych
- Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym, pociąga za sobą ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość obrażeń ciała i urazów fizycznych, w tym śmierci.
- Podpisując deklarację uczestnictwa Uczestnik godzi się na publikację swojego wizerunku oraz zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w zawodach. Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu chorób i nieszczęśliwych wypadków, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem Uczestnika w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.
- Przekazanie organizatorowi podpisanej karty zgłoszenia (zgłoszenie elektroniczne lub „Upoważnienie do odbioru pakietu startowego za inną osobę”) oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w imprezie i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko startując w biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
- Opłata za bieg jak i pobranie numeru startowego przez zawodnika oznacza, że zapoznał się z regulaminem biegu, akceptuje go i zobowiązuje się do jego przestrzegania.

- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać widoczne numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na piersiach (lub pasów na numer) oraz transpondery pomiarowe (chipy) wsznurowane w buta, pod groźbą dyskwalifikacji.
- Organizator zastrzega sobie prawo wycofania zawodnika z trasy (a tym samym zdyskwalifikowania) w przypadku nieodnotowania obecności zawodnika lub braku pomiaru czasu w punkcie kontroli lub pomiaru czasu.
- Wyposażenie obowiązkowe:

10 km

- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów);
- odzież i obuwie adekwatne do panujących warunków atmosferycznych;
- włączony i naładowany telefon;

30 km, 50 km

- plecak biegowy lub nerka biegowa mieszczący cały sprzęt obowiązkowy;
- pojemnik lub bidony na wodę o pojemności min 0,5 litra;
- kubek na napoje (organizator dopuszcza użycie bidonu);
- włączony i naładowany telefon;
- folia NRC;
- odzież i obuwie adekwatne do panujących warunków atmosferycznych;
- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów);

124 km

- plecak biegowy lub nerka biegowa mieszczący cały sprzęt obowiązkowy;
- pojemnik lub bidony na wodę o pojemności min 1 litra;
- kubek na napoje (organizator dopuszcza użycie bidonu);
- włączony i naładowany telefon;
- folia NRC;
- odzież i obuwie adekwatne do panujących warunków atmosferycznych;
- „czerwona” lampka przymocowana z „tyłu biegacza” i włączona podczas całego etapu nocnego, polecane są również dodatkowe odblaski;
- „biała” latarka (czołówka) oraz zapasowe baterie przymocowana i włączona podczas całego etapu nocnego;
- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów).

UWAGA: sprzęt obowiązkowy będzie sprawdzany przed startami poszczególnych biegów, brak sprzętu spowoduje dyskwalifikację zawodnika.

11. REZYGNACJA Z ZAWODÓW

- Jeżeli zdarzy się konieczność przerwania kontynuacji zawodów z przyczyny kontuzji lub urazy zawodnik musi niezwłocznie powiadomić organizatora na wskazany podczas odprawy i umieszczony na nr startowym nr telefonu. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej;
- Uczestnicy powinni w miarę możliwości rezygnować z udziału w zawodach na punktach kontrolnych.

12. ZGŁOSZENIA, OPŁATY

- Zapisy do biegu głównego odbywać się będą przy pomocy formularza elektronicznego dostępnego na stronie www.biegigorskiesanok.pl od 01.02.2019 do 15.09.2019 r. po wpłaceniu wpisowego lub osobiście 20 i 21 września 2019 roku w biurze zawodów – tylko w przypadku wolnego limitu zgłoszeń. Organizator może odmówić przyjęcia zgłoszenia z innych przyczyn.
- Osoba zarejestrowana powinna w ciągu 14 dni od rejestracji opłacić start. Jeżeli wpłata nie zostanie zarejestrowana, osoba ta zostanie skreślona z listy. Osoby zarejestrowane po dniu 10.09.2019 muszą opłacić start do dnia 15.09.2019, w przeciwnym razie zostaną skreślone z listy startowej.
- Uczestnicy biegu na 10 km zobowiązani są do wpłacenia wpisowego:
 - 70 zł – przy wpłacie na konto od dnia 1 lutego do dnia 30 czerwca 2019r.
 - 90 zł – przy wpłacie na konto od dnia 1 lipca do dnia 15 września 2019r.
 - 110 zł – przy wpłacie w biurze zawodów.
- Uczestnicy biegu na 30 km zobowiązani są do wpłacenia wpisowego:
 - 90 zł – przy wpłacie na konto od dnia 1 lutego do dnia 30 czerwca 2019r.
 - 110zł – przy wpłacie na konto od dnia 1 lipca do dnia 15 września 2019r.
 - 130 zł – przy wpłacie w biurze zawodów
- Uczestnicy biegu na 50 km zobowiązani są do wpłacenia wpisowego:
 - 110 zł – przy wpłacie na konto od dnia 1 lutego do dnia 30 czerwca 2019r.
 - 130 zł – przy wpłacie na konto od dnia 1 lipca do dnia 15 września 2019r
 - 150 zł – przy wpłacie w biurze zawodów.
- Uczestnicy biegu na 124 km zobowiązani są do wpłacenia wpisowego:
 - 160 zł – przy wpłacie na konto od dnia 1 lutego do dnia 30 czerwca 2019r.
 - 190 zł – przy wpłacie na konto od dnia 1 lipca do dnia 15 września 2019r
 - 220 zł – przy wpłacie w biurze zawodów.
- Wpłat można dokonywać za pomocą formularza zgłoszeniowego lub na konto: 12 1240 2340 1111 0010 4748 6798, w tytule wpłaty proszę napisać imię i nazwisko zawodnika oraz bieg, np: „Jan Kowalski, bieg Orli”.
- Organizator nie zwraca opłaty startowej osobom, które nie ukończyły zawodów, zostały zdyskwalifikowane lub też nie wzięły udziału w zawodach.
- Organizator dopuszcza przekazywanie wpisowego oraz miejsca na liście startowej na rzecz innej osoby najpóźniej do dnia 01.09.2019r. W przypadku wycofania się zawodnika z biegu opłata startowa nie podlega zwrotowi.
- Faktury: za udział w biegu są wystawiane maksymalnie do 15 dnia następnego miesiąca od daty wpłaty oraz tylko przy bezpośredniej wpłacie na konto organizatora (nie za pomocą formularza zgłoszeniowego!) - po tym terminie nie ma możliwości wystawienia faktury.

13. NAGRODY, KARY

- Organizator przewiduje nagrody finansowe i/lub rzeczowe w zależności do pozyskanych sponsorów:
 - W klasyfikacji Generalnej Kobiet i Mężczyzn – miejsca I-III na wszystkich dystansach,
 - Mieszkańcy Sanoka i Powiatu Sanockiego (nagrody rzeczowe lub finansowe) – miejsca I-III.
- Wartość i rodzaj nagród zostaną podane w późniejszym terminie.
- Po wręczeniu pucharów (lub medali) za zwycięstwo (miejsca I-III), zostaną rozlosowane upominki dla wszystkich obecnych uczestników biegów – w zależności od pozyskanych sponsorów.

- W przypadku stwierdzenia śmiecenia przez zawodnika dopuszcza się karę czasową 15 minut, kara może się powtarzać za każdy przypadek śmiecenia – do rozstrzygnięcia przez Dyrektora Zawodów.

14. ZASADY FINANSOWANIA:

- Zawodnicy startują na własny koszt.
- Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy i sponsorzy.
- W ramach opłaty startowej organizator zapewnia:
 - Elektroniczny pomiar czasu,
 - Bezzwrotny numer startowy,
 - Koszulkę techniczną lub inne akcesoria biegowe (informacja w późniejszym terminie),
 - Pamiątkowy medal,
 - Napoje i słodki i słony poczęstunek na trasie i mecie,
 - Posiłek na mecie,
 - Zabezpieczenie medyczne.

15. UWAGI KOŃCOWE

- Wszystkich uczestników Biegu obowiązuje niniejszy Regulamin.
- Organizator ma prawo dokonania zmiany Regulaminu, o ile nie wpłynie to na pogorszenie sytuacji Uczestników, w szczególności w zakresie praw nabytych na podstawie Regulaminu. Ewentualne późniejsze zmiany Regulaminu obowiązują od daty ich publikacji na Stronie Internetowej, ostateczna zmiana regulaminu może nastąpić do dnia 19.09.2019.
- Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach filmowych i fotograficznych z biegu.
- Opłata rejestracyjna i koszt zakupionego pakietu startowego są bezzwrotne.
- Zawodnicy zobowiązani są do zwrotu transponderów po biegu lub wpłaty 10zł w przypadku zgubienia/zniszczenia transpondera.
- Bieg rozegrany będzie bez względu na warunki atmosferyczne.
- Wyniki dostępne będą po zakończeniu biegu na tablicach w okolicy mety oraz w biurze zawodów.
- Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne w trakcie trwania imprezy.
- Zaleca się posiadanie aktualnych badań lekarskich.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne szkody wyrządzone przez Uczestników w wyniku uczestnictwa w Biegu oraz zwolniony jest z obowiązku naprawienia takich szkód.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.
- Organizator nie bierze odpowiedzialności za stan zdrowia osób startujących. Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność, ponoszą związane z tym ryzyko.
- Wszelkie protesty i zażalenia należy zgłaszać do organizatora, a jego decyzje są ostateczne i nieodwołalne.
- Interpretacja regulaminu należy do Organizatora.