

Regulamin ultramaratonu

3 x Śnieżka = 1 x Mont Blanc

TERMIN IMPREZY

24.06.2017 r. godz. 9:00 - 19:30

CEL IMPREZY

Akcja ma na celu popularyzację biegów górskich, turystyki aktywnej oraz promocję Karkonoszy. Naszą intencją poza zawodami sportowymi dla ultra maratończyków, jest również zaangażowanie w bieg całych rodzin sportowców oraz ich przyjaciół.

ORGANIZATOR

Gmina Karpacz, Szkoła Zdobywców Horyzont.
Partnerem zawodów jest Grupa Karkonoska GOPR.
Kontakt:
e-mail: ultramaraton3xsniezka@gmail.com
tel.: 696 437 545, 605 11 22 40

BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów będzie mieścić się w Hali Widowiskowo Sportowej przy ul. Konstytucji 3-Maja 48 w Karpaczu. Rejestracja będzie się odbywać w biurze zawodów dnia **23.06.2017 r.** od godziny **17:00 do 21:00**, oraz **24.06.2017 r.** od godz. **7:00 do 8:00**

TRASA

Zawody będą odbywać się na trzech różnych dystansach, wszyscy zawodnicy startują z centrum miasta, przy Hali Widowiskowo Sportowej ul. Konstytucji 3 Maja 48 w Karpaczu, o godz. 9:00. Meta jest w miejscu startu. Zawody kończą się o godzinie 19:30, po czym nastąpi oficjalne wręczenie nagród. Trasy będą oznakowane na przebiegu oraz w miejscach zmiany szlaku. Zawodnicy dodatkowo otrzymają mapę z wyrysowanymi trasami. **Dystanse:**

1. **MINI** (17 km, przewyższenie +/-1000m) - polega na jednokrotnym zdobyciu szczytu Śnieżki i powrót do centrum. Limit czasu na tym dystansie to 10.5 godzin. **LIMIT UCZESTNIKÓW - 280 osób** START: centrum Karpacza – Krucze Skały - czarnym szlakiem przez Sowią Dolinę do Sowiej Przełęczy – czarnym szlakiem obok schroniska Jelenka do Drogi Jubileuszowej - szczyt Śnieżki - Drogą Jubileuszową (szlak niebieski) do Domu Śląskiego (punkt odżywczy) – czarnym szlakiem (Śląska Droga) do Kopy – Biały Jar – Dolna Staja Wyciągu na Kopę (Rozdroże Łomnickie) – centrum miasta – META
2. **ŚREDNI** (36 km, przewyższenie +/- 2000m) - polega na dwukrotnym zdobyciu szczytu Śnieżki. Limit czasu na tym dystansie to łącznie 7 godzin. **LIMIT UCZESTNIKÓW - 260 osób**. START: pierwsza część trasy biegnie identycznie jak na dystansie MINI, limit na pokonanie tego odcinka wynosi 3.5 godziny, czas mierzony będzie w miejscu startu/ mety do którego należy dotrzeć, a następnie: centrum miasta – Rozdroże Łomnickie – szlak czerwony do schroniska "Nad Łomniczką" – szlakiem czerwonym przez Kocioł Łomniczki – Dom Śląski (punkt odżywczy) – szlak czarny (zakosami) na Śnieżkę - Drogą Jubileuszową (szlak niebieski) do Domu Śląskiego (punkt odżywczy) – czarnym szlakiem (Śląska Droga) do Kopy – Biały Jar – Dolna Staja Wyciągu na Kopę (Rozdroże Łomnickie) – centrum miasta – META. **Decyzją Polskiego Związku Lekkiej Atletyki, na**

dystansie średnim zostaną rozegrane Mistrzostwa Polski w Długodystansowym Biegu Górskim 2017.

3. **ULTRA** (54 km, przewyższenie +/- 3000m) - polega na trzykrotnym zdobyciu szczytu Śnieżki. Limit czasu na tym dystansie to 10.5 godzin. Na każdy etap zawodnik ma limit 3.5 godz. **LIMIT UCZESTNIKÓW - 260 osób**. Należy pokonać trasy na dystansie MINI i ŚREDNI. Czas będzie mierzony w miejscu startu/mety. Ostatnim etapem jest zdobycie Śnieżki po raz trzeci: centrum miasta – Rozdroże Łomnickie - szlak żółty (dawny tor saneczkowy) - Strzecha Akademicka - Dom Śląski (punkt odżywczy), szlak czarny (zakosami) na Śnieżkę - Droga Jubileuszowa (szlak niebieski) do Domu Śląskiego (punkt odżywczy) – czarnym szlakiem (Śląska Droga) do Kopy – Biały Jar – Dolna Staja Wyciągu na Kopę (Rozdroże Łomnickie) – centrum miasta – META

PUNKTY KONTROLNE

Na trasie będą punkty kontrolne, na których będzie trzeba podać sędziom swój numer startowy.

Będą one w następujących miejscach:

- START/META
- Schronisko Jelenka
- Śnieżka
- Dom Śląski
- Kopa
- Schronisko nad Łomniczką
- Strzecha Akademicka

POMIAR CZASU

Pomiar czasu będzie w miejscu STARTU/METY.

Zawodnicy którzy nie przybędą przed pośrednimi lub końcowymi limitami czasu nie zostaną sklasyfikowani w biegu, powinni przerwać bieg i zastosować się do poleceń obsługi.

W przypadku nie zastosowania się do poleceń obsługi zawodnik w przypadku konieczności przeprowadzenia akcji ratowniczej może zostać obciążony jej kosztami, a Organizator przestaje ponosić odpowiedzialność za uczestnika.

PUNKTY ODŻYWCZE

Będą 2 punkty odżywcze przy schronisku Dom Śląski oraz w centrum Karpacza START/ META w których zapewniamy napoje oraz żywność (owoce, ciastka). Ponadto zawodnicy mogą korzystać we własnym zakresie z barów znajdujących się w schroniskach.

WARUNKI UCZESTNICTWA:

Uczestnikiem ultra maratonu 3 x Śnieżka = 1 x Mont Blanc, może zostać każda osoba, która do dnia zawodów ukończy 18 lat, wyjątek stanowi bieg na dystansie MINI, gdzie nie ma ograniczeń wiekowych, lecz osoby poniżej 18 roku życia muszą przebywać pod opieką osoby dorosłej, która ponosi za nie pełną odpowiedzialność. Wszyscy zawodnicy, muszą zostać zarejestrowani w Biurze Zawodów. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości oraz wyposażenie obowiązkowe. Zawodnicy zgłaszając się do rejestracji muszą podpisać oświadczenie, że startują na własną odpowiedzialność i że nie występują u nich żadne zdrowotne przeciwwskazania do udziału w górskim biegu maratońskim. W przeciwnym wypadku zawodnik nie zostanie dopuszczony do startu w maratonie. Ponadto przed zawodami każdy zawodnik będzie zobowiązany do podpisania

stosownych oświadczeń o znajomości regulaminu ultramaratonu 3 x Śnieżka = 1 x Mont Blanc, przepisów obowiązujących w KPN oraz zasad poruszania się po drogach publicznych. W przypadku osób niepełnoletnich, stosowne oświadczenia podpisują opiekunowie. Zawodnicy muszą zgłaszać się do rejestracji osobiście.

ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

- 1) Zgłoszenia przyjmowane będą od **06.12.2016 r.** do dnia startu lub zakończenia zapisów w przypadku wyczerpania limitu startujących.
- 2) Za zgłoszenie uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie: <http://3razysniezka.pl/> oraz wpłacenie opłaty startowej na podane konto w ciągu 7 dni od daty rejestracji.
- 3) **WPISOWE**
 - Dla dystansu MINI - **90 zł** osoby dorosłe, dzieci i młodzież poniżej 18 roku życia start **BEZPŁATNY**
 - Dla dystansu ŚREDNIEGO - **140 zł**
 - Dla dystansu ULTRA - **160 zł**

UWAGA! Po 05.06.2017 r. wpisowe na wszystkie dystanse wynosi 200 zł! **Wpłaty należy dokonać w ciągu 7 dni od rejestracji zgłoszenia.** Po tym czasie zawodnik który nie opłacił wpisowego zostaje **automatycznie skreślony** z listy startowej. Z opłaty wpisowej na każdym dystansie, **zwolnieni są mieszkańcy Karpacza i ratownicy Grupy Karkonoskiej GOPR.** DODATKOWO DLA WSZYSTKICH CHĘTNYCH MOŻNA ZAMÓWIĆ PRZY WPŁACIE WPISOWEGO KOSZULKI Z LOGOTYPEM BIEGU – ZA DODATKOWĄ OPŁATĄ 50 ZŁ /SZT. Wpłatę wpisowego powiększamy o kwotę 50 zł oraz zakreślamy w formularzu rozmiar koszulki!

- 4) Opiekun osoby/osób poniżej 18 roku życia, biorący udział w biegu na dystansie MINI, musi być zarejestrowanym uczestnikiem biegu i opłacić wpisowe.
- 5) Po zarejestrowaniu zgłoszenia i zaksięgowaniu opłaty startowej dane zawodnika zostaną opublikowane na liście startowej na stronie ultramaratonu.
- 6) Numer startowy przydzielony zostanie zawodnikowi losowo po zarejestrowaniu zgłoszenia i zaksięgowaniu opłaty startowej.
- 7) Zgłoszenia będą przyjmowane wyłącznie do wyczerpania limitu miejsc na poszczególne dystanse.
- 8) Opłata wpisowego może być dokonywana w formie przelewów z banków tradycyjnych i internetowych na konto organizatora oraz wpłat gotówkowych w Biurze Zawodów. Na przelewie bankowym należy koniecznie zaznaczyć tytuł opłaty: nazwa dystansu + Imię i nazwisko + (ewentualnie) koszulka. Wpisowe na zawody należy wpłacać na konto: **77 1090 1926 0000 0001 3062 0015. Szkoła Zdobywców Horyzont, ul. Wilcza 10, 58-540 Karpacz.** Organizator nie ponosi odpowiedzialności za terminy realizacji przelewów bankowych i pocztowych. Jedynym kryterium przyjmowania wpłat jest data wpływu wpłaty na konto bankowe Organizatora.
- 9) Opłata nie jest ważna, jeżeli zawodnik nie został zgłoszony, jeżeli została dokonana po terminie lub gdy zostanie wniesiona po wyczerpaniu limitu miejsc.
- 10) Organizator nie zwraca wpłaty osobie która nie wystartowała lub nie ukończyła biegu. Natomiast istnieje możliwość przekazania wpłaty na poczet innego zawodnika, po mailowym poinformowaniu organizatora, jednak nie później niż na 7 dni przed rozpoczęciem zawodów.
- 11) Zawodnik może zmienić dystans na którym ma zamiar wystartować, gdy zmiana następuje z dłuższego dystansu na krótszy organizator nie zwraca różnicy w wielkości wpisowego. Natomiast w wypadku, gdy został zmieniony dystans z

krótszego na dłuższy, zawodnik zobowiązany jest dokonać wpłaty na konto organizatora wyrównującej różnice w wysokości wpisowego z dopiskiem w tytule przelewu „zmiana trasy”. Zmiana trasy musi odbyć się nie później niż na 14 dni przed rozpoczęciem zawodów.

- 12) Skrócenie, zmiana przebiegu, odwołanie trasy lub zawodów przed lub w czasie ich trwania nie stanowi podstawy do zwrotu wpisowego.
- 13) W przypadku odwołania zawodów z winy organizatora przed ich rozpoczęciem zawodnikom przysługuje zwrot wpisowego.
- 14) Pakiety z zamówioną koszulką można odebrać wyłącznie w biurze zawodów podczas rejestracji.

ŚWIADCZENIA

W ramach opłaty startowej organizator zapewnia:

- opłata do Karkonoskiego Parku Narodowego (w tym opłata za wstęp oraz udostępnianie do celów sportowych, na podstawie zarządzenia nr 38/2014 Dyrektora KPN z dnia 30.06.2015 r.)
- oznakowanie trasy
- mapa trasy
- elektroniczny pomiar czasu
- medal dla wszystkich którzy ukończyli bieg
- pamiątkowy numer startowy;
- zabezpieczenie medyczne oraz GOPR
- napoje i wyżywienie na trasie biegu
- puchary, pamiątkowe dyplomy i nagrody dla najlepszych
- obsługa sędziowska
- posiłek regeneracyjny na mecie
- dostęp do pryszniczycy po biegu
- dopózyc w którym można zostawić rzeczy osobiste

KLASYFIKACJE

We wszystkich biegach będzie prowadzona klasyfikacja OPEN Kobiet i Mężczyzn.

WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

- telefon komórkowy
- dowód osobisty
- 1 l dowolnego napoju
- mapę trasy
- bidon lub kubek wielokrotnego użytku
- obuwiu sportowe umożliwiające bezpieczne poruszanie się w terenie górzystym
- zapas jedzenia wystarczający do kolejnego punktu żywieniowego
- numer startowy umieszczony z przodu ciała w widocznym miejscu
- nakrycie głowy, czapeczka z daszkiem lub chusta

WYPOSAŻENIE ZALECANE

- kurtka lub inna osłona przeciwdeszczowa
- kije trekkingowe
- apteczka
- okulary przeciwsłoneczne

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- 1) Ze względów bezpieczeństwa w porozumieniu z GOPR Organizator może zmienić lub skrócić trasę, a w przypadku ekstremalnych warunków atmosferycznych odwołać zawody.
- 2) Zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad ogólnie panujących na szlakach turystycznych i drogach publicznych.
- 3) W razie kontuzji/ wypadku/ uszkodzenia ciała - należy zadzwonić pod podany w trakcie rejestracji numer ratunkowy i oczekiwać na przyjazd ratowników po podaniu przybliżonej lokalizacji.
- 4) W przypadku rezygnacji z zawodów w trakcie ich trwania należy niezwłocznie powiadomić o tym fakcie organizatora. W przeciwnym wypadku zawodnik będzie obciążony kosztami ewentualnej akcji poszukiwawczej.
- 5) W przypadku rezygnacji z zawodów organizator nie zapewnia transportu do bazy.
- 6) Zawodnicy ubezpieczają się od NW we własnym zakresie.
- 7) Każdy zawodnik decydując się na udział w Zawodach zaświadcza, że rozumie potencjalne zagrożenia dla zdrowia i życia jakie pociąga za sobą uczestnictwo w trudnym ultra maratonie górskim. Jednocześnie zawodnik przyjmuje odpowiedzialność za wszelki uszczerbek na zdrowiu i życiu powstały w trakcie uczestnictwa, a nie wynikający z zaniedbania organizatora.
- 8) Zawodnik startując w ultra maratonie 3 x Śnieżka - 1 x Mont Blanc wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji imprezy, oraz przetwarzania danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów.
- 9) Organizator nie zapewnia noclegu.
- 10) Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązani są poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy lub komunikatem na stronie internetowej imprezy.
- 11) Zawodnik ma prawo do wniesienia protestu po wpłaceniu kaucji w wysokości 200 PLN, nie później niż do 2 godzin po zakończeniu Zawodów. Protesty będą rozpatrzone przez Komisję Regulaminową wyznaczoną przez Organizatora.
- 12) Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorom.

Karpacz 28.11.2016 r.