

# Regulamin ultramaratonu 3 x Śnieżka = 1 x Mont Blanc

## I. TERMIN IMPREZY

29.06.2019 r. sobota, godz. 9:00 - 19:00

## II. 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.

## III. ORGANIZATOR

Szkoła Zdobywców Horyzont.

**Partnerem** zawodów jest Gmina Karpacz, Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego oraz Grupa Karkonoska GOPR.

Kontakt:

e-mail: ultramaraton3xsniezka@gmail.com

tel.: 696 437 545, 605 11 22 40

## IV. 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 **28.06.2019 r.** od godziny **17:00 do 21:00**, oraz **29.06.2019 r.** od godz. **7:00 do 8:00**

## V. 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, godz. **9.00**. Meta jest w miejscu startu. Zawody kończą się o godzinie 19:00, po czym nastąpi oficjalne wręczenie nagród (około godziny 19.30). Trasy będą oznakowane na przebiegu oraz w miejscach zmiany szlaku. Zawodnicy dodatkowo otrzymają mapę z wyrysowanymi trasami.

## VI. KONKURENCJE

### 1. Indywidualne:

#### Dystanse:

1. **MINI** ( 17 km, przewyższenie +/-1000m) - polega na jednokrotnym zdobyciu szczytu Śnieżki i powrót do centrum. Limit czasu na tym dystansie to **10 godzin**. **LIMIT UCZESTNIKÓW - 160 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 żywieniowy) – 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 - 300 osób**. START: pierwsza część trasy biegnie identycznie jak na dystansie MINI, limit na pokonanie tego odcinka wynosi **3 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 żywieniowy) – szlak czarny (zakosami) na Śnieżkę - Droga Jubileuszowa (szlak niebieski) do Domu Śląskiego (punkt żywieniowy) – czarnym szlakiem (Śląska Droga) do Kopy – Biały Jar – Dolna Staja Wyciągu na Kopę (Rozdroże Łomnickie) – centrum miasta – META.
3. **ULTRA** ( 55 km, przewyższenie +/- 3000m) - polega na trzykrotnym zdobyciu szczytu Śnieżki. Limit czasu na tym dystansie to **10 godzin**. Na I etap zawodnik ma limit **3 godz**, Limit na sumę czasu etapu I i II to **7 godz**. **LIMIT UCZESTNIKÓW - 350 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 żywieniowy), szlak czarny (zakosami) na Śnieżkę - Droga Jubileuszowa (szlak niebieski) do Domu Śląskiego (punkt żywieniowy) – czarnym szlakiem (Śląska Droga) do Kopy – Biały Jar – Dolna Staja Wyciągu na Kopę (Rozdroże Łomnickie) – centrum miasta – META.

## **2. SZTAFETA:**

Udział w sztafecie polega na wystawieniu **3 osobowego zespołu**, w którym musi znajdować się minimum 1 kobieta. Zadaniem zespołu jest pokonanie dystansu ULTRA, składającego się z 3 pętli (etapów). Każdy z zawodników pokonuje tylko 1 pętlę w kolejności jak podczas biegu indywidualnego, ale to zespół decyduje o obsadzie zawodników na poszczególnych pętlach. Limit na pokonanie każdej pętli to **3 godziny**. Zmiana zawodników następuje w strefie START/META.

**Limit uczestników – 150 osób (50 zespołów).**

## **3. RODZINA:**

Udział polega na wystawieniu **zespołu rodzinnego** i jednokrotnym zdobyciu szczytu Śnieżki oraz powrót do centrum. Konkurencja odbywa się na dystansie **MINI**. Limit czasu to **10 godzin**. Możliwe konfiguracje zgłaszania zespołu:

- 1 dorosły + 1 dziecko
- 1 dorosły + 2 dzieci
- 2 dorosłych +1 dziecko
- 2 dorosłych + 2 dzieci

**Limit uczestników – 40 osób.**

## **VII. PUNKTY KONTROLNE**

Na trasie będą punkty kontrolne, na których trzeba pokazać sędziom swój numer startowy:

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

- Strzecha Akademicka

## VIII. POMIAR CZASU

Pomiar czasu będzie w miejscu STARTU/METY.

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

Jeśli zawodnik nie zastosuje się do poleceń obsługi i z tego powodu dojdzie do konieczności przeprowadzenia akcji ratowniczej, zawodnik może zostać obciążony jej kosztami a Organizator przestaje ponosić odpowiedzialność za uczestnika.

## IX. PUNKTY ŻYWIENIOWE

Będą 2 punkty żywieniowe: 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.

## X. 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. Udział zawodników niepełnoletnich jest możliwy jedynie podczas konkurencji RODZINA. Wszyscy zawodnicy, muszą zostać zarejestrowani w Biurze Zawodów. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości oraz wyposażenie obowiązkowe. Zawodnicy zgłaszając się do rejestracji muszą (pod rygorem nie dopuszczenia do startu) podpisać stosowne oświadczenie o znajomości regulaminu ultramaratonu 3 x Śnieżka = 1 x Mont Blanc, przepisów obowiązujących w KPN oraz zasad poruszania się po drogach publicznych, że startują na własną odpowiedzialność i że nie występują u nich żadne zdrowotne przeciwwskazania do udziału w biegu. Podpisać informację o polityce prywatności i przetwarzaniu danych osobowych W przypadku osób niepełnoletnich, stosowne oświadczenia podpisują opiekunowie.

Zawodnicy muszą zgłaszać się do rejestracji osobiście.

## XI. ZGŁOSZENIA

- 1) Zgłoszenia wyłącznie formą elektroniczną, przyjmowane będą od **06.12.2018 r. od godziny 12.00 do 08.12.2018 r. do godziny 20.00**
- 2) Za zgłoszenie uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego odpowiednio dla każdej z konkurencji: MINI, ŚREDNI, ULTRA, SZTAFETA, RODZINA , dostępnego na stronie: <http://3razysniezka.pl/>

## XII. LOSOWANIE

Spośród wszystkich prawidłowo zgłoszonych osób, w ramach limitów, przeprowadzone zostanie losowanie. Wyniki losowania zostaną umieszczone na liście **"WYLOSOWANI"** na stronie <http://3razysniezka.pl/>. **Lista opublikowana zostanie najpóźniej w dniu 10.12.2018 r. do godziny 20.00**

### XIII. OPŁATA STARTOWA

Warunkiem znalezienia się na liście "**STARTOWEJ**", jest **uiszczenie spośród wylosowanych** opłaty startowej najpóźniej **do 14.12.2018 r. do godziny 15.00**. Decyduje data zaksięgowania. Po tym terminie wpłata nie zostanie uznana i zwrócona w ciągu 7 dni na konto.

Jeśli opłata startowa nie zostanie w terminie zaksięgowana, **spośród pozostałych, prawidłowo zgłoszonych osób odbędzie się dodatkowe losowanie**. Termin losowania zostanie podany na stronie <http://3razysniezka.pl/>

#### WPISOWE:

- a) Dystans MINI - **120 zł**
- b) Dystans ŚREDNI - **180 zł**
- c) Dystans ULTRA - **200 zł**
- d) SZTAFETA (3 osoby) - **500 zł**
- e) RODZINA:
  - 1 dorosły + 1 dziecko - **200 zł**
  - 1 dorosły + 2 dzieci - **250 zł**
  - 2 dorosłych +1 dziecko - **300 zł**
  - 2 dorosłych + 2 dzieci - **350 zł**

Na wszystkich dystansach i konkurencjach **mieszkańcy Karpacza i ratownicy Grupy Karkonoskiej GOPR** - 50% zniżki.

1. Po zarejestrowaniu zgłoszenia, wylosowaniu zawodnika i zaksięgowaniu opłaty startowej dane zawodnika zostaną opublikowane na liście "**STARTOWEJ**" na stronie <http://3razysniezka.pl/>.
2. Numer startowy przydzielony zostanie zawodnikowi losowo.
3. Ostateczna lista startowa zostanie opublikowana najpóźniej 10 dni przed startem.
4. Opłata wpisowego musi być dokonywana w formie przelewów z banków tradycyjnych i internetowych na konto organizatora. Na przelewie bankowym należy koniecznie zaznaczyć tytuł opłaty:
  - ✓ nazwa dystansu + Imię i nazwisko + (ewentualnie) koszulka/koszulki.
  - ✓ w przypadku SZTAFET i RODZIN imiona i nazwiska + (ewentualnie) koszulka/koszulki
5. Wpisowe na zawody należy wpłacać na konto: **Santander Bank Polska, 77 1090 1926 0000 0001 3062 0015 , Szkoła Zdobywców Horyzont, ul. Wilcza 10, 58-540 Karpacz.**
6. Dla przelewów zagranicznych konto walutowe EURO: **Santander Bank Polska, IBAN: PL8310901708000000135943979 , kod SWIFT (BIC code): WBKPPLPP , Szkoła Zdobywców Horyzont, ul. Wilcza 10, 58-540 Karpacz**
7. W przypadku wpłat z kont zagranicznych w standardach SWIFT/IBAN koszty operacyjne są po stronie wpłacającego (OUR).
8. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za terminy realizacji przelewów bankowych. Jedynym kryterium przyjmowania wpłat jest data wpływu wpłaty na konto bankowe Organizatora.
9. Opłata nie jest ważna, jeżeli zawodnik nie został zarejestrowany i wylosowany, jeżeli została dokonana po terminie. Opłata w ciągu 7 dni zostanie zwrócona na konto.
10. Organizator nie zwraca wpłaty osobom, która nie wystartowały lub nie ukończyły biegu.

11. Zawodnik może zmienić dystans na którym ma zamiar wystartować, gdy zmiana następuje z dłuższego dystansu na krótszy, organizator nie zwraca różnicy wielkości wpisowego. Natomiast w wypadku, gdy został zmieniony dystans z krótszego na dłuższy, zawodnik zobowiązany jest dokonać wpłaty na konto organizatora wyrównującej różnicę w wysokości wpisowego z dopiskiem w tytule przelewu „zmiana trasy”. Zmiana trasy musi odbyć się nie później niż na 10 dni przed rozpoczęciem zawodów.
12. Skrócenie, zmiana przebiegu, odwołanie trasy lub zawodów przed lub w czasie ich trwania (z przyczyn obiektywnych) 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. W sytuacjach losowych, kiedy zawodnik nie może stawić się osobiście, możliwy jest odbiór pakietu przez inną osobę tylko w przypadku posiadania przez nią upoważnienia. Upoważnienie musi zawierać dane zawodnika wraz z nr dowodu osobistego i dane osoby upoważnionej wraz z nr dowodu osobistego.

**UWAGA! Nie ma możliwości przeniesienia wpisowego na inną osobę lub termin.**

**UWAGA! Rezygnacja i zwrot wpisowego:**

- rezygnacja z udziału w zawodach do **31. 12. 2018 r.** zwrot **70%**
- rezygnacja z udziału w zawodach do **31. 03. 2019 r.** zwrot **40%**
- rezygnacja z udziału w zawodach do **31. 05. 2019 r.** zwrot **20%**

**Rezygnacja po 31.05.2019 r. z zawodów – Organizator nie zwraca wpisowego!**

#### **XIV. KOSZULKA**

Za dodatkową opłatą dla wszystkich chętnych można zamówić przy wpłacie wpisowego koszulki z limitowanej kolekcji z logotypem biegu. Koszulki można obejrzeć na: <http://3razysniezka.pl/>. (UWAGA: Logotypy ich ilość i ułożenie mogą ulec zmianie).

Zamówienie koszulki polega na zakreśleniu w formularzu podczas zapisów rodzaju i rozmiaru koszulki. Po wylosowaniu zawodnika, opłatę startową powiększamy o kwotę za koszulkę/koszulki.

- **RUSHGARD (mocno przylegająca) - 80 zł /szt.**
- **T-SHIRT (techniczna) - 60 zł/ szt.**

**Nie ma zwrotu za koszulki (jest możliwość wysyłki pocztą lub kurierem)**

#### **XV. ŚWIADCZENIA**

Organizator zapewnia:

- opłatę za udostępnienie oraz bilet wstępu do Karkonoskiego Parku Narodowego.
- oznakowanie trasy
- mapę trasy
- elektroniczny pomiar czasu
- zabezpieczenie medyczne oraz GOPR
- napoje i wyżywienie na trasie biegu
- obsługę sędziowską

- posiłek regeneracyjny na mecie
- dostęp do prysznicu po biegu
- depozyt, w którym można zostawić rzeczy osobiste
- medal dla wszystkich którzy ukończyli bieg
- pamiątkowy numer startowy
- puchary i nagrody rzeczowe dla najlepszych

## XVI. KLASYFIKACJE

W konkurencjach indywidualnych na poszczególnych dystansach będzie prowadzona klasyfikacja OPEN Kobiet i Mężczyzn.

W konkurencjach SZTAFETA i RODZINA - klasyfikacja drużynowa.

Do klasyfikacji brany będzie czas brutto.

## XVII. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

- telefon komórkowy
- dowód osobisty
- dowolny napój (minimum 500 ml)
- 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, czapka z daszkiem lub chusta

## XVIII. WYPOSAŻENIE ZALECANE

- kurtka lub inna osłona przeciwdeszczowa
- kije trekkingowe/nordic walking
- apteczka
- okulary przeciwsłoneczne

## XIX. 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 zobowiązany jest 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 1 godziny po zakończeniu Zawodów. Protesty będą rozpatrzone przez Komisję Regulaminową wyznaczoną przez Organizatora.
- 12) Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorom.

**Karpacz 15.03.2019 r.**