



MIEROSZOWSKIE CENTRUM KULTURY

ul. Żeromskiego 28, 58-350 Mieroszów

NIP 886 26 00 251

tel. (74) 880-12-69 tel./fax 880-12-68

e-mail: mck@mck.pl

www.mck.pl

Regulamin Biegu Górskiego Diabelskie Koło Gór Suchych

09.11.2024 r.

I. ORGANIZATOR BIEGU

1. Organizatorem Biegu Górskiego Diabelskie Koło Gór Suchych 2024 jest Mieroszowskie Centrum Kultury ul. Żeromskiego 28, 58-350 Mieroszów.
2. Osoba do kontaktu: Barbara Bukowska-Matusiewicz 506 067 430, mck@mck.pl

II. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w dniu 09.11.2024 r.
2. Start/meta biegu znajduje się na w Sokołowsku obok Dolnośląski Ośrodek Opieki Międzypokoleniowej "Biały Orzeł", Sanatoria Dolnośląskie Sp. Z o.o., ul. Parkowa 5.

III. DYSTANS ORAZ LIMITY CZASU

1. W ramach Biegu Górskiego „Diabelskie Koło Gór Suchych” uczestnik ma możliwość wyboru 3 dystansów:
 - DIABLIK: 1 koło, 22 km – 1500 m w pionie, minimum czasowe 5 godzin – start o godz. 10.00
 - DIABOŁ: 2 koła, 44 km – 3000 m w pionie, minimum czasowe 10 godzin – start o godz. 5.00
 - CZORT: 3 koła, 66 km – 4500 m w pionie, minimum czasowe 15 godzin. - start o godz. 00.00
2. Szczegółowa mapa biegu i profil trasy zostanie zamieszczony na oficjalnym fun-page na oraz na wydarzeniu na Facebook’u.

IV. ZASADY NA TRASIE

1. W trakcie całych zawodów należy poruszać się wyłącznie po trasie wskazanej przez

Organizatora.

2. Pomoc osób trzecich (support) jest dopuszczalny w strefach punktów żywieniowych. Jakakolwiek pomoc na trasie poza wyznaczonymi strefami jest niedozwolona.
3. Bieg z osobą towarzyszącą (zajacowanie) nie będącą uczestnikiem zawodów jest niedozwolony.
4. Zakazane są wszystkie czynności mogące naruszyć piękno naturalnych obszarów przez które prowadzi trasa biegu, zwłaszcza: porzucanie śmieci, niszczenie roślinności, zakłócanie ciszy w okolicach rezerwatów.
5. Trasa zawodów nie jest zamknięta na czas trwania rywalizacji. Należy zwracać uwagę na turystów korzystających ze szlaków.

V. OZNAKOWANIE TRASY

1. Cała trasa będzie oznakowana przez Organizatora.
2. Oznakowanie będzie składać się ze strzałek i zwisów z taśmy sygnalizacyjnej.
3. Sposób oznaczenia trasy zostanie omówiony na odprawie technicznej.

VI. REZYGNACJA Z BIEGU

1. W przypadku wycofania się z biegu konieczne jest poinformowanie O TYM FAKCIE Organizatora (numer do Organizatora znajdować się będzie na numerze startowym).
2. Osoby, które nie zgłoszą swojego wycofania z rywalizacji mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej.
3. Organizator nie zapewnia transportu do bazy zawodów dla osób, które zrezygnują z powodów innych, niż wypadek lub kontuzja.

VII. ZABRANIA SIĘ

Zawodnicy mogą zostać ukarani czasowo lub zdyskwalifikowani za następujące czynności:

- skracanie wyznaczonej trasy – dyskwalifikacja;
- brak wyposażenia obowiązkowego – patrz pkt. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE – 15 min. kary za każdą rzecz, lub dyskwalifikacja;
- wyrzucanie śmieci na trasie biegu – dyskwalifikacja;
- korzystanie z zewnętrznego wsparcia poza punktami wyznaczonymi – 15 min;
- korzystanie z pomocy „zajaca” tzn. bieg z osobą niezarejestrowaną na dany bieg – dyskwalifikacja;
- oszustwa (korzystanie z transportu, zamiana numerów itp.) – dyskwalifikacja;

- doping lub używanie zakazanych środków – dyskwalifikacja;
- niszczenie i przewieszanie oznaczeń – dyskwalifikacja i zakaz startu w innych zawodach i imprezach Organizatora.

VIII. BEZPIECZEŃSTWO

1. Uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić odszkodowania od Organizatora.
2. Większa część trasy prowadzi w górskim, trudno dostępnym terenie, w którym udzielenie pomocy może wiązać się z koniecznością długiego oczekiwania na służby ratunkowe.
3. Na drogach bieg odbędzie się w ruchu zamkniętym.
4. Zawodnicy mają obowiązek stosowania się do przepisów Prawa o Ruchu Drogowym.
5. Zawodnicy mają obowiązek stosowania się do poleceń służb porządkowych.

IX. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Uczestnikiem Biegu Górskiego Diabelskie Koło Gór Suchych 2024 może zostać każda osoba, która do dnia 09.11.2024 ukończy 18 lat oraz posiada ważny paszport lub dowód osobisty, niezbędny do przekroczenia granicy (bieg odbywa się w strefie nadgranicznej).
1. Zawodnicy zgłaszając się do biegu oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność oraz że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w górskim biegu maratońskim. Wymagane jest podpisanie Oświadczenia w Biurze Zawodów.
2. **WSZYSCY ZAWODNICY MUSZĄ ZOSTAĆ ZWERYFIKOWANI W BIURZE ZAWODÓW OSOBIŚCIE!** Zawodnik, podczas weryfikacji musi posiadać dowód tożsamości (dowód osobisty, paszport lub prawo jazdy) celem kontroli tożsamości i daty urodzenia.
3. Zgłoszenia przyjmowane będą poprzez formularz zgłoszeń na stronie internetowej www.ultimasport.pl.
4. W przypadku wolnych miejsc startowych będzie możliwość zapisania się na bieg w biurze zawodów w dniu imprezy.
5. Za ZGŁOSZENIE uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie www.ultimasport.pl i wpłacenie opłaty startowej na konto Organizatora. O znalezieniu się na liście startowej decyduje wpłata opłaty startowej.

X. PUNKTY ŻYWNOŚCIOWE I NAWADNIANIA

1. Na trasie biegu będą dostępne punkty odżywcze – ich dokładna lokalizacja podana będzie w osobnym komunikacie na stronie wydarzenia.

2. Jedzenie i picie w punktach przeznaczone jest wyłącznie dla zawodników, a nie dla osób wspierających i kibiców.
3. Zewnętrzne wsparcie dozwolone jest wyłącznie w obrębie punktów odżywczych (w odległości nie większej niż 100 m od punktu po trasie biegu).

XI. OBOWIĄZKOWE ORAZ ZALECANE WYPOSAŻENIE

Uczestnicy biegu podczas trwania zawodów, powinni posiadać następujące wyposażenie.

OBOWIĄZKOWE WYPOSAŻENIE:

| NAZWA | CZORT | DIABOŁ | DIABLIK |
|---|--------------|---------------|----------------|
| Włączony telefon komórkowy, którego, numer został podany podczas zapisów, z naładowaną baterią, z włączonym roamingiem, w telefonie należy zapisać wszystkie numery alarmowe oraz numer do organizatora | X | X | X |
| Dowód osobisty lub paszport | X | X | X |
| Koc ratunkowy/Folia NRC o wymiarze min 140x200cm | X | X | X |
| Latarka lub Czołówka | X | X | |
| Bukłak lub bidon o pojemności 1L (z zawartością) | X | X | |
| Kubek składany lub bidon – na punktach żywieniowych nie będzie kubków plastikowych | X | X | X |
| Gotówkę w wysokości 20zł | X | X | X |
| Plecak/pas biegowy lub ubranie umożliwiające zabranie wyposażenia obowiązkowego | X | X | X |
| Elementy odblaskowe | X | X | |
| Numer startowy umieszczony z przodu nogawce | X | X | X |

Każdy zawodnik zobowiązany jest posiadać przy sobie całe, wskazane przez organizatora, wyposażenie obowiązkowe, od startu aż do mety.

Brak jakiegokolwiek elementu wyposażenia będzie skutkowało naliczeniem kary czasowej (15 min za brak każdej obowiązkowej rzeczy).

Brak widocznego numeru startowego będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodnika.

ZALECANE WYPOSAŻENIE:

- czapka, chusta wielofunkcyjna;
- obuwiu do biegów górskich;
- kurtka przeciwdeszczowa;
- własne NWW na kraj i zagranicę;

XII. OPŁATY STARTOWA

- Diablik – 70 PLN (mieszkańcy gminy Mieroszów 40 PLN) do 24.10.24. Po tym terminie wszyscy - 90 PLN
- Diaból – 90 PLN do 25.10.24 r. (mieszkańcy gminy Mieroszów 50 PLN) do 24.10.24. Po tym terminie wszyscy 110 PLN
- Czort – 110 PLN do 25.10.24 r. (mieszkańcy gminy Mieroszów 60 PLN) do 24.10.24. Po tym terminie wszyscy 130 PLN

Opłata nie jest ważna w przypadku gdy:

- zawodnik nie został zgłoszony elektronicznie,
- została dokonana po terminie,
- gdy została dokonana po wyczerpaniu limitu miejsc.

Zawodnik zgłoszony i opłacony po uprzednim kontakcie z Organizatorem może zmienić dystans do dnia 24.10.2024 r. Zmiana możliwa jest tylko w przypadku, gdy na przepisywanym dystansie są jeszcze wolne miejsca.

Przy przepisaniu na dłuższy dystans Zawodnik zobowiązany jest do uregulowania różnicy kwoty wpisowego.

Przy przepisaniu na krótszy dystans Organizator nie zwraca różnicy we wpisowym.

Możliwość przepisania miejsca na liście możliwa jest do 24.10.2024 r. po wcześniejszym kontakcie z Organizatorem.

Organizator nie zwraca wpisowego osobom które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w biegu.

XIII. PAKIET STARTOWY

1. Uczestnicy otrzymają:

- pakiet – dla osób zarejestrowanych oraz opłaconych do 24.10.2024 r.,
 - medal na mecie dla wszystkich którzy ukończyli bieg,
 - trofea dla trzech najlepszych zawodniczek i zawodników każdego dystansu.
 - posiłek na punkcie/mecie
- 2.** Pakiet startowy może być rozszerzony w zależności od pozyskania nowych środków oraz sponsorów.
- 3.** Podczas odbioru pakietów startowych przez osoby trzecie, wymagane jest pisemne bądź elektroniczne upoważnienie.

XIV. RYWALIZACJA I NAGRODY

- 1.** Bieg ma charakter rywalizacji sportowej.
- 2.** Nagrodzonych zostanie 3 pierwszych (po uwzględnieniu ewentualnych kar i protestów) zawodniczek i zawodników każdego dystansu.
- 3.** Zawodnik ma prawo do wniesienia protestu po opłaceniu kaucji w wysokości 200 zł - nie później niż do 30 min po zakończeniu limitu na danej trasie. Protest odrzucony powoduje utratę kaucji przez osobę zgłaszającą. Jeśli protest nie zostanie uwzględniony kaucja nie podlega zwrotowi. W momencie pozytywnego rozpatrzenia protestu kaucja zwracana jest w całości.

XV. TERMIN ZAPISÓW

- 1.** Elektroniczne zapisy rozpoczną się dnia 17.09.2024 r. i będą prowadzone do dnia 24.10.2024 lub do wykorzystania limitu miejsc.
- 2.** Zgłoszenie polega na poprawnym wypełnieniu formularza zgłoszeniowego udostępnionego na stronie internetowej zawodów oraz terminowego opłacenia wpisowego.

XVI. LIMIT STARTUJĄCYCH

- 1.** Limit startujących na konkretnych dystansach:
 - Diablik: 200 osób,
 - Diaból: 200 osób,
 - Czort: 200 osób.

XVII. POMIAR CZASU

1. Pomiar czasu na wszystkich trasach realizowany jest przez firmę zewnętrzną z użyciem transponderów przekazanych zawodnikom podczas rejestracji – numer startowy należy zwrócić na mecie.
2. W niektórych miejscach na trasie mogą znajdować się sędziowie lotni spisujący numery przebiegających zawodników, lokalizacja sędziów lotnych nie będzie znana zawodnikom.

XVIII. NOCLEGI

Istnieje również możliwość skorzystania z noclegów w hostelu Mieroszowskiego Centrum Kultury, ul. Sportowa 4 w Mieroszowie, w cenie 60 zł od osoby za dobę.

XIX. CEL IMPREZY

1. Popularyzacja i upowszechnienie biegania jako najprostszej formy rekreacji.
2. Promocja miasta i gminy Mieroszów.

XX. WIZERUNEK

1. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystanie przez Organizatora ich wizerunku w celu promocji wydarzenia, udokumentowania biegów, promocji biegów przez podmioty współpracujące
2. Uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzania danych osobowych dla celów wewnętrznych Organizatora.

XXI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Bieg odbędzie przy odpowiednich warunkach atmosferycznych.
2. Organizator zastrzega sobie możliwość zmiany w regulaminie, przebiegu tras, skrócenia trasy, odwołania zawodów ze względu na siłę wyższą, przez co należy rozumieć m.in. klęski żywiołowe lub innych kwestiach jednak zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy o takich zmianach.
3. Organizator zapewnia obsługę medyczną podczas trwania zawodów.
4. Organizator nie zapewnia dypozytu.
5. Organizator może nałożyć kary czasowe lub zdyskwalifikować zawodnika za nieprzestrzeganie regulaminu zawodów,
6. Organizator zawodów może zakazać dalszego kontynuowania biegu przez Zawodnika jeżeli zachodzi podejrzenie jego złego stanu zdrowia zagrażającemu życiu lub zdrowiu uczestnika.

Decyzja taka jest ostateczna i niepodważalna - ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

7. Większa część trasy prowadzi w górskim, trudno dostępnym terenie, w którym udzielenie pomocy może wiązać się z koniecznością długiego oczekiwania na służby ratunkowe.
8. W sytuacji wypadku każdy z uczestników biegu jest zobowiązany do wezwania pomocy oraz udzielenia pierwszej pomocy dorażnej poszkodowanemu. Pozostawienie potrzebującego uczestnika bez pomocy karane będzie dyskwalifikacją; o zaistniałej sytuacji należy natychmiast powiadomić organizatora,
9. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu, w miejscu widocznym dla obsługi zawodów. Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są zgłosić swoją rezygnację obsłudze oraz dokonać zwrotu numeru startowego w biurze zawodów.
10. Zawodnicy mogą korzystać z kijków trekkingowych z zachowaniem szczególnej ostrożności.
11. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania imprezy w przypadku nałożenia obostrzeń związanych z organizacją imprez sportowych.
12. Interpretacja regulaminu w sprawach spornych należy do Organizatora.
13. Organizator ma prawo do zmiany regulaminu w każdym momencie, ma jednak obowiązek poinformowania o tym fakcie uczestników poprzez odpowiedni wpis na stronie facebookowej wydarzenia.

W imieniu Organizatora
Mieroszowskie Centrum Kultury