Regulamin I Biegu Lesista Trzydziecha 2019

1. ORGANIZATOR BIEGU
   1. **Organizatorem I Biegu Dzika Lesista 2019 jest Mieroszowskie Centrum Kultury**
   2. **Ul. Żeromskiego 28, 58-350 Mieroszów**
   3. **Osoba do kontaktu: Igor Hoffman, tel. 510080309, e-mail:** [**igor.hoffman@mck.pl**](mailto:igor.hoffman@mck.pl)
2. TERMIN I MIEJSCE
   1. **Bieg odbędzie się w dniu 22.09.2019 r.**
   2. **Start o godzinie 11:00 z Rynku w Mieroszowie.**
   3. **Trasa zawodów przebiegać będzie w Masywie Lesistej Wielkiej**
   4. **Meta zawodów znajduje się na Rynku w Mieroszowie**
3. DYSTANS
   1. **Impreza zostanie rozegrana na dystansie ~ 30 km z przewyższeniem +985m / -985 m.**
   2. **Szczegółowa mapa biegu znajduje się na oficjalnym Funpage biegu na Facebooku.**
4. LIMIT CZASU
   1. **Limity czasu przewidzianego do pokonania trasy zawodów:  
      - dystans 30 km – 6 godziny.**
5. PUNKTY ŻYWNOŚCIOWE
   1. **Na trasie zawodów przewidziane są 2 punkty odżywiania. Opis rozmieszczenia punktów odżywiania oraz ich wyposażenia znajduje się na stronie biegu w opisie trasy. Na punktach odżywiania będą dostępne: woda, cola, banany, czekolada oraz rodzynki.**
6. PUNKTY KONTROLNE
   1. **Na trasie biegu będą rozmieszczone stałe i lotne punkty kontrolne. Rozmieszczenie punktów stałych znajduje się w opisie trasy.**
7. ZALECANE WYPOSAŻENIE
   1. **Uczestnicy biegu podczas trwania zawodów, powinni posiadać pojemnik na wodę (camelbak lub bidon itd.) oraz ze względu bezpieczeństwa sprawny telefon komórkowy z numerami kontaktowymi do organizatora zawodów oraz GOPR.**
8. WARUNKI UCZESTNICTWA
   1. **Uczestnikiem I Biegu Lesista Trzydziecha 2019 może zostać każda osoba która do dnia 22 września 2019 r. ukończy 18 lat.**
   2. **Zawodnicy zgłaszając się do biegu oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność i że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w górskim biegu maratońskim. Wymagane jest podpisanie Oświadczenia w Biurze Zawodów.**
   3. **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.**
   4. **ZAWODNIK MUSI ZWERYFIKOWAĆ SIĘ OSOBIŚCIE !!! w biurze zawodów 22.09.2019 r. od godz. 8.00 do godz. 10.00.**
9. ZGŁOSZENIA
   1. **Zgłoszenia przyjmowane będą poprzez formularz zgłoszeń na stronie internetowej www.ultimasport.pl od 1 sierpnia 2019 roku do 20 września 2019 roku, lub do wyczerpania limitu startujących.**
   2. **W przypadku wolnych miejsc startowych będzie możliwość zapisów w biurze zawodów w dniu imprezy oraz dzień wcześniej w godzinach urzędowania biura zawodów.**
   3. **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.**
   4. **Będzie również możliwość zapisania się na bieg osobiście w biurze zawodów 22.09.2019 r. od godz. 8.00 do godz. 10.00.**
10. OPŁATA STARTOWA
    1. **Wysokość opłaty od dnia 01.08.2019 do 20.09.2019 r.:   
       - 50zł,**
    2. **Wysokość opłaty w biurze zawodów:   
       - 70zł,**
    3. **W przypadku rezygnacji z zawodów, organizator dopuszcza możliwość przepisania opłaty startowej na innego zawodnika.**
11. TERMIN ZAPISÓW
    1. **Zapisy rozpoczną się dnia 01.08.2019 i będą prowadzone do dnia 20.09.2019 albo do wykorzystania limitu.**
    2. **Zapisy są możliwe również w biurze zawodów również do wyczerpania limitu.**
12. LIMIT STARTUJĄCYCH
    1. **300 osób (5 miejsc do dyspozycji organizatora).**
    2. **O uczestnictwie w zawodach decyduje termin wpłaty.**
13. BIURO ZAWODÓW
    1. **Biuro zawodów znajduje się w Mieroszowskim Centrum Kultury na ul. Żeromskiego 28 , 58-350 Mieroszów**

**22.09.2019r. od godziny 8:00 do 10:00.**

1. KLASYFIKACJA
   1. **OPEN - kobiet i mężczyzn.**
   2. **Kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn:   
      Kat. K 20 / M 20 (18-29 lat),   
      Kat. K 30 / M 30 (30-39 lat),   
      Kat. K 40 / M 40 (40-49 lat),   
      Kat. K 50 / M 50 (pow. 50 lat),**
   3. **Mieszkaniec Gminy Mieroszów:   
      Najlepsza Kobieta - pierwsze 3 miejsca,   
      Najlepszy Mężczyzna - pierwsze 3 miejsca,**
   4. **Zwycięzcy poszczególnych kategorii otrzymają pamiątkowe puchary.**
2. PAKIET STARTOWY
   1. **W skład pakietu startowego wchodzą: pamiątkowy medal za ukończenie biegu, chusta wielofunkcyjna, bufety na trasie biegu, posiłek po zawodach.**
   2. **Pakiet startowy może być rozszerzony w zależności od pozyskania nowych sponsorów.**
3. NOCLEGI
   1. **Organizator zapewnia bezpłatny nocleg na Hali Sportowej na ul. Hożej , 58-350 Mieroszów. Osoby korzystające z noclegu powinny posiadać własny śpiwór oraz karimatę.**
   2. **Zawodnicy przyjmowani będą na nocleg w dniu 21.09.2019 od godziny 18:00.**
   3. **Istnieje również możliwość ze skorzystania z noclegów w hotelu Mieroszowskiego Centrum Kultury w cenie 25 zł od osoby za dobę.**
4. ŻYWIENIE
   1. **Bufety będą wydawały: wodę, napoje izotoniczne lub colę, banany, czekoladę oraz rodzynki**
   2. **Obiad dla zawodników będzie wydawany na stołówce przy ul. Sportowej**
5. CEL IMPREZY
   1. **Popularyzacja i upowszechnienie biegania jako najprostszej formy rekreacji.**
   2. **Promocja miasta i gminy Mieroszów oraz popularyzacja obszaru Masywu Lesistej Wielkiej.**
6. POSTANOWIENIA KOŃCOWE
   1. **Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.**
   2. **Organizator zapewnia obsługę medyczną podczas trwania zawodów.**
   3. **W dniu biegu, w godz. 8:00 – 17:00 będzie czynny depozyt, gdzie można złożyć rzeczy osobiste zawodników zapakowane do worków dostarczonych przez Organizatora. Wydawanie worków z depozytu będzie odbywało się za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia Organizatora od odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę.**
   4. **Zawodnik potwierdza, iż startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko, przyjmując do wiadomości, że udział w zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.**
   5. **Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu na klatce piersiowej w miejscu widocznym dla obsługi zawodów. Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są zgłosić swoją rezygnację obsłudze biegu oraz zdjęcia numeru startowego i udania się do bazy zawodów. Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani. Dyskwalifikacji podlegają również osoby skracające trasę biegu. Zawodnicy zobowiązani są do pokonywania trasy biegiem, marszobiegiem lub marszem.**
   6. **Zawodnicy mogą korzystać z kijków trekkingowych z zachowaniem szczególnej ostrożności.**
   7. **Organizator nie zwraca opłaty wpisowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w zawodach.**
   8. **Skrócenie, zmiana przebiegu trasy lub zawodów oraz odwołanie trasy lub zawodów w czasie ich trwania z powodu zagrażających zdrowiu i życiu warunków atmosferycznych nie stanowi podstawy do zwrotu wpisowego.**
   9. **W przypadku odwołania zawodów przed ich rozpoczęciem zawodnikom przysługuje zwrot wpisowego.**
   10. **Dyrektor biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników w formie komunikatów pisemnych wywieszonych na tablicy ogłoszeń w Biurze Zawodów, przed rozpoczęciem imprezy.**
   11. **Interpretacja regulaminu w sprawach spornych należy do Organizatora.**