

REGULAMIN BIEGU ULTRA „GRANIĄ TATR” 2013

I. CEL IMPREZY

1. Promocja Podhala, Zakopanego i Tatr Zachodnich oraz Wysokich wraz z Tatrzańskim Parkiem Narodowym
2. Popularyzacja zdrowego stylu życia, zapobieganie uzależnieniom wśród młodzieży i dorosłych
3. Popularyzacja biegania długodystansowego oraz promocja turystyki aktywnej
4. Popularyzacja bezpiecznych zachowań w górach

II. ORGANIZATOR

Biuro zawodów:

Justyna Żyszkowska Tel. 502 052 111

Monika Strojny (kontakt także dla mediów) Tel. 602 439 479

Przygotowanie i zabezpieczenie trasy:

Mariusz „Gienek” Rogus TOPR Tel. 506 292 518

Grzegorz Bargiel TOPR Tel. 602 742 535

Mail: tatrateam@op.pl

Tatrzański Klub Narciarski TATRA TEAM

ul. Piłsudskiego 63 A

34-500 Zakopane

NIP 736- 160-04-69

REGON 492921440

oraz przy współpracy

Tatrzańskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego

III. PROGRAM, MIEJSCE, TRASA

1. Program ramowy

Piątek (16.08.2013)

W godz. 12.00-21.00 - rejestracja zawodników, wydawanie numerów, pakietów startowych, zdawanie depozytów na metę

Godz. 19.00 - OBOWIĄZKOWA odprawa zawodników

Sobota (17.08.2013)

Godz. 2.30 - zbiórka przy autokarach

2.45 - wyjazd pierwszego z autokarów z Zakopanego, kolejne wyjeżdżają co 10 minut

Od 3.15 - weryfikacja sprzętu obowiązkowego i wejście do ogródka startowego

4.00 - start I grupy 50-osobowej, start kolejnych grup co 10 minut(do 4.30)

14.30 - planowane przybycie najlepszego zawodnika, wydawanie ciepłego posiłku na mecie

21.00 - oficjalne zakończenie zawodów, wręczenie nagród

Niedziela (18.08.2013)

- Dzień rezerwowy -

2. Miejsce

Biuro zawodów, odprawa, wyjazd autokarów, zakończenie: Zakopane

Start: Dolina Chochołowska, Siwa Polana

Meta: Kuźnice

3. Trasa

Trasa prowadzi szlakami turystycznymi polskich Tatr Zachodnich oraz Wysokich. Trasa jest bardzo wymagająca technicznie: ekspozycja, dużo skał, luźnych kamieni, znaczne przewyższenia, zmienna pogoda. Trasa zawodów będzie wyznakowana w miejscach skrzyżowania szlaków oraz w punktach newralgicznych. Do oznaczenia użyte są chorągiewki (trasery) koloru żółtego natomiast skrzyżowane czerwone chorągiewki oznaczają zakaz przejścia. Niezależnie od oznaczeń, każdy zawodnik podczas całego biegu zobowiązany jest do posiadania mapy, którą otrzyma w pakiecie startowym.

a) Dystans: około 70 km

b) Przewyższenia: około +5000 m/-4900m

Na trasie znajdują się dwa punkty odżywcze (Schronisko na Hali Ornak i Schronisko Murowaniec)

Nie ma możliwości zostawienia swojego depozytu na punkcie odżywczym. Jeden depozyt zostanie zawieszony na metę w Kuźnicach.

4. Limity i organizacja trasy

1. Limit czasu ukończenia biegu wynosi **17 godzin** (dokładny przebieg i profil trasy znajduje się pod zakładką Trasa).
2. Obowiązują limity czasowe. Po ich przekroczeniu zawodnicy nie mogą kontynuować zawodów i są zobowiązani do oddania numeru startowego sędziemu
3. Od wylotu Doliny Kościeliskiej (ok.7km od Schroniska na Hali Ornak) będzie kursował bus zabierający do Zakopanego osoby schodzące z trasy - przez 4h od zakończenia limitu. Osoby ze schroniska Murowaniec powinny zejść na własną rękę do Kuźnic (ok. 1,5h marszem przez Boczań lub Jaworzynkę). Na osoby, które nie zdążą na limit przy Wodogrzmotach Mickiewicza, będzie czekał bus na Palenicy Białczańskiej (maksymalnie 3h od zakończenia limitu, zejście 40min asfaltem).
4. W przypadku jeśli zawodnik wycofuje się w innym miejscu jest zobowiązany poinformować najbliższego sędziego i oddać numer. Jeżeli sędziego na danym odcinku nie ma zawodnik obowiązkowo telefonicznie informuje o zaistniałej sytuacji biuro zawodów (nr telefonu na mapie dostarczonej przez organizatora).
5. Na trasie oprócz sędziów w wyznaczonych punktach (w odblaskowych kamizelkach) będą także nieoznakowani sędziowie lotni.
6. Podczas trwania zawodów zawodnik musi mieć na sobie koszulkę.
7. Na mecie będzie przeprowadzona wrywkowa kontrola sprzętu obowiązkowego. Sprzęt może być także sprawdzany na trasie.

8. Limity

Schronisko na Hali Ornak: godz. 09.30 -10.00 (5h 30min od startu każdej grupy)

Schronisko Murowaniec: godz.14.00 - 14.30

Wodogrzmoty Mickiewicza: godz. 18.00 - 18.30

Meta: godz. 21.00 - 21.30

IV. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Uczestnikiem Biegu Granią Tatr może zostać każda osoba spełniająca kryteria startu (poniżej), która do dnia zawodów ukończy 18 lat oraz posiada ważny paszport lub dowód osobisty.

2. Aby wziąć udział w zawodach, każdy z uczestników MUSI mieć ukończony w limicie czasu, na pełnej trasie (klasyfikacja w wynikach) przynajmniej jeden bieg górski o długości przynajmniej 25km lub więcej, po 1 stycznia 2011 roku. Zawody te muszą spełniać normy dot. biegów górskich: <http://www.biegigorskie.pl/biegi-gorskie-wprowadzenie-do-tematu/>), mogą być rozgrywane w kraju lub zagranicą.
3. Jeśli osoba w dniu zapisów nie ma ukończonego takiego biegu, może wysłać zgłoszenie i opłatę startową oraz zadeklarować, w jakim biegu wystartuje - rozgrywanym do 2 czerwca włącznie. Jeśli nie ukończy biegu w tym terminie, osoba ta nie będzie dopuszczona do startu. W takim przypadku nie przysługuje zwrot wpisowego, osoba ta może jednak odstąpić swoje miejsce innemu zawodnikowi, który spełnia kryteria startu.

V. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

1. Zgłoszenia przyjmowane będą od 18 marca do 30 kwietnia 2013 roku, lub wyczerpania limitu startujących.
2. Limit startujących: 200 osób (w tym 20 miejsc do dyspozycji organizatora).
3. Za ZGŁOSZENIE uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie internetowej oraz wpłacenie pierwszej raty opłaty startowej w wysokości 150zł. Pozostałe 75zł należy wpłacić gotówką w biurze zawodów przy odbiorze pakietu startowego.
4. Mieszkańcom Powiatu Tatrzańskiego (decyduje miejsce zamieszkania podane w dowodzie osobistym) przysługuje 50zł zniżki od pełnej opłaty startowej. Osoby uprawnione wpłacają 175zł przy zapisach elektronicznych i nie dopłacają już w biurze zawodów.
5. Opłata nie jest ważna, jeżeli zawodnik nie zostanie zgłoszony elektronicznie, jeżeli została dokonana po terminie lub gdy zostanie wniesiona po wyczerpaniu limitu miejsc.
6. Pełna opłata startowa wynosi 225zł.
7. Udział w bieg kwalifikującym do udziału w zawodach będzie weryfikowany na podstawie dołączonego linka do wyników.
8. Członkowie klubu TKN Tatra Team oraz ratownicy TOPR są zwolnieni z wpisowego oraz wymogu udziału w biegu kwalifikującym.
9. Po zarejestrowaniu zgłoszenia i zaksięgowaniu opłaty startowej dane zawodnika (imię i nazwisko) zostaną opublikowane na liście zgłoszeń na stronie internetowej. W biegu biorą udział tylko zgłoszeni i opłacony zawodnicy, widniejący na liście startowej.
10. O przyjęciu na listę startową decyduje kolejność zgłoszeń dla pierwszych 150 osób, pozostałe 30 weryfikuje organizator. Najważniejszym kryterium będzie doświadczenie w trudnych biegach górskich i wysokogórskich.
11. Po otrzymaniu maila z akceptacją zgłoszenia, należy w ciągu 7 dni wpłacić na konto pierwszą ratę wpisowego w wysokości 150 zł (lub 175zł dla uprawnionych). Jeśli w tym czasie osoba zakwalifikowana nie dopełni wymogów tego wymogu, zostanie skreślona z listy startowej a na jej miejsce zostanie wpisana następna osoba według kolejności zgłoszeń.
12. Dowód ubezpieczenia obejmującego akcją ratowniczą po słowackiej stronie Tatr (w wersji rozszerzonej o udział w zawodach, obejmujący także dzień rezerwy 18 sierpnia 2013r.) należy dostarczyć Organizatorom w trakcie odbierania pakietu startowego w biurze zawodów w dniu 16 sierpnia 2013r. Brak ubezpieczenia na Słowację skutkuje niedopuszczeniem zawodnika do startu.

13. W ramach opłaty startowej Organizator zapewnia:

- pamiątkową chustę typu buff
- wstęp do Wspólnoty 8 Wsi
- ubezpieczenie na czas zawodów (dotyczy tylko Polski)- ciepły posiłek oraz owoce i ciastka na mecie
- worek na depozyt na metę
- przejazd autobusem na start oraz ewentualny transport busami w przypadku niezamieszkania się w limicie lub zejścia z trasy (wymienione w dziale Trasa - Limity)
- zabezpieczenie ratownicze TOPR na trasie
- napoje (woda niegazowana, izotonik) oraz przekąski (owoce, ciastka) w dwóch punktach odżywczych na trasie
- puchary i nagrody (finansowe i rzeczowe) dla najlepszych, losowanie nagród wśród wszystkich uczestników
- pamiątkową koszulkę „finiszera” oraz medal - dla osób, które ukończą zawody w limicie czasu

VI. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

Każdy uczestnik, podczas całego biegu, zobowiązany jest do posiadania:

1. Plecaka lub nerki biegowej mieszczącej CAŁY SPRZĘT OBOWIĄZKOWY
2. Pojemnika na wodę o pojemności przynajmniej 1 litra
3. Latarki czołówki wraz z dobrymi bateriami
4. Włączonego i naładowanego telefonu komórkowego (z roamingiem)
5. Dowodu osobistego lub ważnego paszportu
6. Folia NRC o wymiarach przynajmniej 140 x 200cm
7. Czapka lub chusta typu buff
8. Rękawiczek
9. Kurtki wiatroodpornej z długim rękawem i kapturem
10. Gotówki w wysokości 20zł
11. Gwizdka
12. Bandażu elastycznego i opatrunku jałowego
13. Potwierdzenie posiadania opłaconego ubezpieczenia obejmującego akcję ratowniczą na Słowacji (na dwa dni 17 i 18 sierpnia 2013r.)
14. Numeru startowego (przypięty z przodu, na piersi lub w pasie, zawsze widoczny!) - dostarczony przez organizatora
15. Mapy trasy - dostarczona przez organizatora

BRAK którejkolwiek rzeczy z listy obowiązkowej w trakcie zawodów (od startu do mety) skutkuje dyskwalifikacją zawodnika lub przyznaniem kary czasowej. Wyjątek stanowi wydanie gotówki na trasie.

Na odprawie w przeddzień zawodów zostanie ogłoszona ostateczna lista sprzętu obowiązkowego. W razie bardzo złych prognoz niektóre części wyposażenia zalecanego, będą obowiązkowe. W związku z tym należy mieć je ze sobą w Zakopanem.

Wyposażenie zalecane:

1. Kurtka wodoodporna - obowiązkowa w razie bardzo złych prognoz
2. Druga warstwa z długim rękawem (cienki polar lub inne) - obowiązkowa w razie bardzo złych prognoz
3. Długie spodnie wiatroodporne- obowiązkowe w razie bardzo złych prognoz
4. Kije trekkingowe (teleskopowe - składane). Wolno ich używać dopiero od Schroniska na Polanie Chochołowskiej. Na starcie kije muszą być złożone i przytrzymane do plecaka GROTAMI W DÓŁ.

VII. KLASYFIKACJE

1. W Biegu Granią Tatr przeprowadzona zostanie klasyfikacja Open Kobiet i Mężczyzn, oraz klasyfikacje w kategoriach wiekowych:

Senior - K i M - (18-39 lat)
Masters - K i M - (40-59 lat)
Weteran - K i M - 60+ (powyżej 60 lat)

2. Warunkiem odebrania nagrody jest obecność zawodnika na oficjalnym zakończeniu imprezy.

VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe, jednakże, ze względów bezpieczeństwa, w porozumieniu z TOPR, Organizator może zmienić, skrócić trasę lub przesunąć zawody na dzień rezerwowy, którym jest niedziela - 18 sierpnia 2013 roku. W sytuacji przerwania zawodów klasyfikacja zawodników nastąpi na podstawie tzw. międzyczasów (w punktach odżywczych - pomiar elektroniczny) lub ostatnich czasów spisanych przez sędziów na trasie.

2. W sytuacji kryzysowej (szczególnie: burze na dużym obszarze) zawody mogą zostać przełożone na inny termin. Zawodnikom nie przysługuje zwrot wpisowego.
3. Ze względu na bliskość granicy państwa **uczestnicy muszą posiadać** cały czas przy sobie ważny paszport lub dowód osobisty.
4. **Zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania Regulaminu Tatrzańskiego Parku Narodowego. Za zejścia ze szlaków (skracanie trasy) i wyrzucanie śmieci poza wyznaczonymi do tego miejscami zawodnik zostanie zdyskwalifikowany.**
5. Organizator nie zapewnia noclegów.
6. Pozostałe kwestie dotyczące trybu rozgrywania zawodów rozstrzygają odpowiednie przepisy Polskiego Związku Lekkiej Atletyki .
7. Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność.
8. Interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

Zakopane, 13 marca 2013r.