

Regulamin „Up-hill Waligóra 2019 – Suchawa, Waligóra”

I. ORGANIZATOR BIEGU

1. Organizatorem „Up-hill Waligóra 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

II. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w dniu 16.11.2019 r. i 17.11.2019 r.
2. Start:
I start (16.11.2019r) o godzinie 11:00 z Ośrodek wypoczynkowy Radosno (Sokołowsko) – ul. Główna 5.
II start (17.11.2019r) o godzinie 11:00 z Ośrodek wypoczynkowy Radosno (Sokołowsko) – ul. Główna 5.
3. Trasa zawodów przebiegać będzie przez Góry Suche.
4. Meta zawodów znajduje się na Szczycie:
I start (16.11.2019r) - SUCHAWA
II start (17.11.2019r) – WALIGÓRA

III. DYSTANS

1. Impreza zostanie rozegrana na dystansie
I start ~ od 6-7 km z przewyższeniem +480m.
II start ~ od 7-7,5 km z przewyższeniem +540m.

IV. LIMIT CZASU

1. Limity czasu przewidzianego do pokonania trasy zawodów: - 1,5 godzina.

V. 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 GPR.

VI. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Uczestnikiem Up-hill Waligóra - Suchawa i Waligóra 2019 może zostać każda osoba która do dnia 16 listopada 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 16.11.2019 r. i 17.11.2019 od godz. 9.30 do godz. 10.15.

VII. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia przyjmowane będą poprzez formularz zgłoszeń na stronie internetowej www.ultimasport.pl od 16 października 2019 roku do 16 listopada 2019 roku, lub do wyczerpania limitu startujących.
2. W przypadku wolnych miejsc startowych będzie możliwość zapisów w biurze zawodów w dniu imprezy.
3. Za ZGŁOSZENIE uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie www.ultimasport.pl.
4. Będzie również możliwość zapisania się na bieg osobiście w biurze zawodów 16.11.2019 r. i 17.11.2019 od godz. 9.30 do godz. 10.30.

VIII. OPŁATA STARTOWA

1. Bieg jest bezpłatny.

IX. TERMIN ZAPISÓW

1. Zapisy rozpoczną się dnia 16.10.2019 i będą prowadzone do dnia 16.11.2019 albo do wykorzystania limitu.
2. Zapisy są możliwe również w biurze zawodów również do wyczerpania limitu.

X. LIMIT STARTUJĄCYCH

1. 100 osób Up-hill Suchawa
2. 100 osób Up-hill Waligóra.

XI. BIURO ZAWODÓW

1. Biuro zawodów znajduje się w Ośrodku Wypoczynkowym Radosno, ul.Główna 5 w Sokołowsku. Czynne od 9.30 – 10.15

XII. 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 (50-59 lat),
Kat. K 60 / M 60 (60 lat i powyżej)
3. W pierwszym i drugim biegu tj. 16 i 17.11.2019 r. wszyscy uczestnicy otrzymają pamiątkowe medale.
4. W kategoriach wiekowych oraz open będą klasyfikowani uczestnicy, którzy wzięli udział w obu biegach tj. 16 i 17.11.2019 r. i oni będą mieli wręczone puchary dnia 17.11.2019r.
5. Klasyfikacja w Open i kategoriach wiekowych będzie obliczana na podstawie czasów uzyskanych w obu biegach tj. suma czasów.
6. U zawodników, którzy uzyskają takie same czasy będą brane pod uwagę zajęte miejsce w poszczególnych biegach.

XIII. PAKIET STARTOWY

1. W skład pakietu startowego wchodzi: pamiątkowy medal za ukończenie biegu, posiłek po zawodach.
2. Posiłek dla zawodników będzie wydawany w Ośrodku Wypoczynkowym Radosno ul. Główna 5. Sokołowsko

XIV. CEL IMPREZY

1. Popularyzacja i upowszechnienie biegania jako najprostszej formy rekreacji.
2. Promocja miasta i gminy Mieroszów oraz popularyzacja obszaru Gór Suchych.

XV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. W dniu biegu, w godz. 9:30 – 14:00 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.
3. 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.
4. 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.
5. Zawodnicy mogą korzystać z kijków trekkingowych z zachowaniem szczególnej ostrożności.
6. 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.
7. Interpretacja regulaminu w sprawach spornych należy do Organizatora.