

III Otwarte Mistrzostwa Bielska-Białej w Biegach Górskich 24.06.2017

Regulamin zawodów – maraton górski „Bieg 5 Schronisk”

1. CEL IMPREZY

- a. Popularyzacja biegów górskich w Polsce
- b. Popularyzacja zdrowego stylu życia w tym, biegania, jako najprostszej formy rekreacji
- c. Promocja walorów turystycznych Beskidu Śląskiego
- d. Promocja Gminy Bielsko-Biała oraz okolic

2. ORGANIZATOR

- a. Stowarzyszenie Ultra Beskid Sport z Bielska-Białej (www.ultrabeskid.pl)
- b. Bielsko-Bialski Ośrodek Sportu i Rekreacji
- c. Miasto Bielsko-Biała

W sprawach związanych z udziałem w zawodach można kontaktować się na adres email:
kontakt@ultrabeskid.pl

3. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW

Sobota 24.06.2017, Bielsko-Biała, ul. Karbowa 26

Start godz. 09.00

Miejsce startu: na zewnątrz Hali Wielofunkcyjnej pod Dębowcem ul. Karbowa 26, Bielsko-Biała

Miejsce mety: Hala Wielofunkcyjna pod Dębowcem ul. Karbowa 26, Bielsko-Biała

BIURO ZAWODO W:

- Piątek tj. 23.06.2017 od 16:00 do 20:00 w Sklep Biegowy Bielsko-Biała, przy ul. Warszawskiej 180
- W dniu imprezy tj 24.06.2017 od godz. 6:30 - 8.30 Hala Wielofunkcyjna pod Dębowcem ul. Karbowa 26, Bielsko-Biała

4. TRASA BIEGU

Typ biegu: bieg długi anglosaski

Parametry trasy: ~44km i ~2400m przewyższenia. 95% turystyczne szlaki górskie 5% asfalt, bruk

Opis trasy: Startujemy pod Halą Wielofunkcyjną po wybiegnięciu na ul. Karbową skręcamy w prawo i kierujemy się pod kolej linową na Dębowcu. Podbiegamy lewą stroną stoku narciarskiego do schroniska PTTK na Dębowcu (525 m n.p.m). Od schroniska kierujemy się szlakiem zielonym do przełęczy Dylówki z przełęczy kontynuujemy bieg szlakiem zielonym aż dotrzemy pod schronisko PTTK na Szyndzielni (1002 m n.p.m). Wpadamy na szlak czerwony, mijamy schronisko i biegniemy do rozwidlenia szlako w pod Klimczokiem gdzie opuszczamy

szlak czerwony i wybieramy szlak żółty który doprowadzi nas na szczyt Klimczoka (1117 m n.p.m.) . Z Klimczoka zbiegniemy szlakiem czarnym do Siodła pod Klimczokiem i dalej pod schronisko PTTK na Klimczoku (1052 m n.p.m.) od schroniska zbiegamy szlakiem zielonym (tutaj warto podnieść głowę i się rozglądać w koło) aż do skrzyżowania z ul. Pasterską w Szczyrku Biłej i tutaj podążamy za oznaczeniami organizatora aż do wbiegnięcia na szlak żółty który doprowadzi nas do Chaty Wuja Toma (715 m n.p.m) za Chatą kierujemy się jeszcze kawałek żółtym i trafiamy na szlak czerwony kto rym kontynuujemy bieg aż do szczytu Kotarz (973 m n.p.m) mijamy szczyt i dalej kierujemy się do szczytu Grabowa (907 m n.p.m.) gdzie rozpoczynamy zbieg szlakiem czarnym do Chaty Grabowej i dalej aż do Starego Gronia (789 m n.p.m.) tutaj łączymy się z szlakiem zielonym więc kontynuujemy bieg szlakiem zielono/czarnym dobiegamy do rozejścia szlako w na Szczycie Krzyno wek (647 m n.p.m.) gdzie odbijamy w prawo i biegniemy już tylko szlakiem zielonym zbiegamy nim aż do Brennej za rzekę gdzie skręcamy w lewo i wałami kierujemy się za oznaczeniami organizatora kierujemy się w stronę Hotelu Kotarz, przebiegamy obok hotelu skręcamy w prawo i **na pasach przed Urzędem Gminy Brenna przekraczamy** drogę główną i wkraczamy na szlak czarny podążamy nim aż do Brenna, Pod Las (561 m n.p.m) gdzie łączy się ze szlakiem zielonym więc dalej podążamy w stronę Błatniej szlakiem zielonym docieramy nim do Wielka Cisowa (854 m n.p.m) i łączymy się ze szlakiem czerwonym i nim docieramy do Schroniska PTTK na Błatniej Z Błatniej zbiegamy szlakiem żółto/niebieskim aż do przełęczy pod Przykrą gdzie zostawiamy szlak żółty i kontynuujemy szlakiem niebieskim.- kto rym zbiegamy do Wapienicy poruszając się wg oznaczeń organizatora przebiegamy przez mostek kto rym dostajemy się na drugą stronę doliny a dalej do Krzywej Chaty obok niej wbiegamy na szlak żółty biegniemy tym szlakiem aż do skrzyżowania ze szlakiem czerwonym szlakiem gdzie skręcamy w lewo kontynuujemy bieg czerwonym szlakiem aż do skrzyżowania ze szlakiem zielonym. Tym szlakiem dobiegamy do schroniska PTTK na Dębowcu od schroniska czerwonym szlakiem do Parkingu pod Dębowcem, tutaj **przekraczamy drogę na pasach** przy rondzie i dalej biegniemy chodnikiem w stronę Hali Wielofunkcyjnej, wbiegamy od tyłu na halę gdzie po zrobieniu okrążenia honorowego czeka linia mety.

Trasa będzie oznaczona taśmą biało/czerwoną, malowanymi na gruncie strzałkami w kolorze pomarańczowym tylko w miejscach newralgicznych. Poszczególne kilometry trasy będą oznaczone. Organizator nie będzie stosował innych oznaczeń poza w/w.

W miejscach przebiegających po drogach publicznych należy poruszać się zgodnie z przepisami o Ruchu Drogowym, czyli chodnikami lub lewym poboczem jeżeli nie ma chodników . Przekraczanie dróg publicznych powinno następować w miejscach do tego wyznaczonych lub w przypadku ich braku zgodnie z obowiązującymi przepisami - z zachowaniem szczególnej ostrożności !!!

Punkty odżywcze oraz inne na trasie to:

1. Klimczok - ~8km – woda/izo
2. Chata Grabowa – Brenna ~ 20km woda/izo
3. Hotel Kotarz - Brenna ~26km – woda/izo/bakalie/banany
4. Schronisko PTTK na Błatniej ~30km – woda/izo
5. Krzywa Chata Bielsko-Biała ~36 km – woda/izo/bakalie/banany
6. Meta biegu – woda/izo

Inne punkty na trasie:

1. Schronisko PTTK na Dębowcu ~1km oraz 42km
2. Schronisko PTTK na Szyndzielni ~5,5 km
3. Schronisko PTTK na Klimczoku ~8km

Plik z gpx. z zapisem trasy dostępny na stronie zawodów oraz w serwisie www.traseo.pl

5. PROGRAM ZAWODÓW

- Odprawa techniczna, sala konferencyjna na 1 piętrze – godz. 8:35
- Depozyt bieg (42 km) – od godz. 7.30
- Start - godz. 09:00
- Przewidywany czas pierwszego zawodnika – 180 minut (3h)
- Przewidywany czas ostatniego zawodnika – 480 minut (8h)
- Dekoracja Zwycięzco w – ok. godz. 15.00
- Czas pracy bufetu dla osób uczestniczących w biegu 42km: od godz.11.30-17:30

6. KLASYFIKACJA

Klasyfikacja biegu prowadzona będzie w kategorii open kobiet i mężczyzn, a także w kategoriach wiekowych. Zostanie przyznany tytuł najszybszych bielszczan, mieszkaniec i mieszkanka BB warunkiem jest zameldowanie w Bielsku-Białej.

K20	M20	roczniki 1999-1988
K30	M30	roczniki 1987-1978
K40	M40	roczniki 1977-1968
K50	M50	roczniki 1967-1958
K60+	M60+	roczniki 1957 i poniżej

7. WARUNKI UCZESTNICTWA

Zawodnicy startują indywidualnie. Uczestnikiem zawodów może być osoba, która najpóźniej w dniu 24.06.2017 ukończy 18 lat. Zawodnicy zgłaszając się do biegu oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność oraz że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w biegu górskim.

Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Każdy z zawodników winien wnieść opłatę startową według obowiązującego cennika oraz stawić się z numerem startowym, przypiętym do koszulki w widocznym miejscu. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości. Wszyscy zawodnicy są zobligowani do przestrzegania niniejszego Regulaminu. Organizator zastrzega sobie prawo wycofania zawodnika z trasy (a tym samym zdyskwalifikowania) w przypadku nieodnotowania obecności zawodnika w punkcie kontrolnym.

Każdorazowo uczestnik rezygnujący z rywalizacji musi zgłosić to organizatorowi na najbliższym pkt odżywczym a najlepiej na numer alarmowy. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej.

Organizator nie zapewnia transportu do bazy zawodów dla osób, które zrezygnują z rywalizacji ze względu w innych niż wypadek lub kontuzja.

WAŻNE

Organizator nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w biegu. Uczestnikom doradza się, jeśli uznają to za konieczne, by zakupili stosowne ubezpieczenie.

8. ZGŁOSZENIA I ZAPISY

Rejestracja zawodników odbywa się przez formularz internetowy na stronie www.ultrabeskid.pl do dnia 14.06.2017. Warunkiem uczestnictwa w Biegu jest prawidłowe Formularza Rejestracyjnego oraz dokonanie Opłaty Startowej. Organizator zastrzega sobie prawo do ustanowienia limitu uczestników biegu w ilości 200 uczestników (osób). W przypadku wyczerpania limitu Organizator zastrzega sobie prawo do wcześniejszego zakończenia rejestracji, jak również zwiększenia tego limitu.

Przepisywanie pakietów możliwe do 14.06.2017 po tym terminie nie ma takiej możliwości.

9. WPISOWE

Opłata za udział w zawodach pokrywa koszty startu w zawodach i wynosi w zależności od terminu opłaty wynosi:

- 79 zł - termin wpłaty od startu zapisów do 30.04.2017
- 99 zł - termin wpłaty od 01.05.2017 do 31.05.2017
- 119 zł - termin wpłaty od 01.06.2017 do 14.06.2017
- brak możliwości opłaty na miejscu w biurze zawodów

Opłatę należy uiszczać przelewem na konto bankowe:
28 1160 2202 0000 0001 8920 0837 SWIFT: BIGBPLPW
Tytuł wpłaty: Maraton + imię i nazwisko

Organizator nie zwraca opłaty startowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w zawodach. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Organizator nie odpowiada za zaginięcie przelewu bankowego z winy poczty lub banku.

10. ŚWIADCZENIA STARTOWE

Każdy zarejestrowany Zawodnik w ramach wpisowego otrzyma następujące świadczenia startowe:

- numer startowy
- zabezpieczenie medyczne
- elektroniczny pomiar czasu z chipem
- oznakowaną trasę
- napoje i posiłek regeneracyjny na mecie
- pamiątkowy medal
- trofea i nagrody dla zwycięzcy w
- depozyt
- dla zawodników na Hali Pod Dębowcem będą dostępne szatnie i prysznice.
- obsługę techniczną
- dobrą zabawę i super atmosferę
- możliwość bezpłatnego uczestniczenia w wykładach dotyczących szeroko rozumianego „biegania”
- oprawa artystyczna zawodów
- dodatkowe świadczenia w miarę hojności sponsorów
- bezpłatny parking w wyznaczonych miejscach przy Hali Pod Dębowcem. Prosimy stosować się do poleceń obsługi.

11. WYNIKI I NAGRODY

- a. Pierwsze miejsca w kategorii generalnej kobiet i mężczyzn
- b. Trzy miejsca w poszczególnych grupach wiekowych kobiet i mężczyzn. Osoby, które zajęły pierwsze trzy miejsca w kategorii Open nie są brane pod uwagę w klasyfikacji wiekowej. Miejsca nie dublują się.
- c. Puchary i nagrody dla najlepszego mieszkańca i mieszkanki Bielska-Białej.
- d. Nagrody rzeczowe w miarę hojności sponsorów
- e. Wszyscy uczestnicy biegu biorą udział w konkursie z nagrodami rzeczowych.
- f. Wyniki zawodów będą dostępne w Internecie od 25.06.2017.

- g. Nagrody nieodebrane podczas dekoracji przechodzą do puli nagród na kolejne zawody organizowane przez stowarzyszenie Ultra Beskid Sport.

12. OCHRONA PRZYRODY

- Zakazane są wszystkie czynności mogące naruszyć piękno naturalnych obszarów, przez które prowadzi trasa biegu, zwłaszcza: porzucanie śmieci (wszystkie śmieci należy zostawiać na punktach kontrolnych lub donieść do mety), niszczenie roślinności, itp. Mile widziane jest podnoszenie śmieci z trasy i dostarczenie ich do najbliższego kosza. Wszyscy pracujemy na dobry wizerunek biegowej braci.
- Zakazane jest niszczenie lub zasłanianie oznaczeń szlaków turystycznych i oznaczeń Organizatora lub w inny sposób wprowadzane w błąd, co do przebiegu trasy zawodów
- Zakazane jest schodzenie wyznaczonej trasy biegu

13. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

W trakcie trwania całych zawodów każdy zawodnik musi posiadać przy sobie wyposażenie obowiązkowe, które będzie weryfikowane w biurze zawodów oraz podczas trwania biegu. Brak niezbędnego wyposażenia może skutkować naliczeniem kary czasowej bądź dyskwalifikacją zawodnika/zawodników.

WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE:

- numer startowy z chipem – umieszczony z przodu widoczny i możliwy do odczytania przez sędziego oraz osoby odpowiedzialne za pomiar czasu
- folia NRC
- Naładowany telefon komórkowy z aktywnym numerem tel. Podany podczas rejestracji na bieg.
- bidon/bukłak/sofla o pojemności 0,5l z wodą lub innym napojem – zalecany większy.

Cały ekwipunek używany w trakcie zawodów należy mieć przy sobie od startu.

Zakazane jest wcześniejsze magazynowanie ekwipunku na trasie zawodów.

Jedzenie i picie, można uzupełniać na punktach żywieniowych, sklepach oraz w schroniskach, Pomoc koleżeńska tzw. support jest dozwolona wyłącznie w punktach żywieniowych ustalonych przez organizatora, w szczególności w postaci podawania odżywek i napojów własnych zawodnika, zmiany stroju, przepaku itp.

14. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Nieprzestrzeganie Regulaminu Zawodów grozi dyskwalifikacją Zawodnika.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w Regulaminie Zawodów. Informacje o zmianach w Regulaminie Zawodów pojawiają się na stronie internetowej Zawodów, ogłoszone w osobnym komunikacie.
- Ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu należy wyłącznie do Organizatorów Zawodów.

-
- d. Wszystkich zawodników zawodów na trasie obowiązują zasady fair-play i bezwzględny zakaz ingerowania w oznakowanie trasy.
 - e. Organizator rezerwuje sobie prawo do zmiany trasy, skrócenia, zmiany czasu startu lub odwołania zawodów w przypadku bardzo złych warunków pogodowych lub innych zewnętrznych czynników mogących zagrażać bezpieczeństwu uczestników bez prawa zwrotu wpisowego.
 - f. Numer telefonu alarmowego zostanie podany w komunikacie biura zawodów.

15. DODATKOWE INFORMACJE

Informacje na temat zawodów będą umieszczane na stronie: www.ultrabeskid.pl.