

Regulamin gRUNt 2018

1. Środowisko naturalne

Jesteśmy częścią przyrody. Jako ludzie mamy takie samo prawo przebywać w górach i lasach jak dziki, jelenie i sarny. Wierzmy, że jako istoty rozumne, możemy robić to w pełnym zrozumieniu praw natury i z poszanowaniem dla innych użytkowników środowiska naturalnego.

2. Ochrona przyrody

2.1 gRUNt to bieg rozgrywany w otoczeniu dzikiej, naturalnej przyrody, na terenie Puszczy Bieniszew. Respekt dla praw natury traktujemy jako najważniejsze przykazanie. Biegacze to grupa rozumiejąca konieczność zachowania środowiska naturalnego w takim samym stanie, w jakim było ono przed biegiem. Niedozwolone jest zatem zostawianie jakichkolwiek śmieci na trasie biegu, niszczenie przyrody, zrywanie roślin czy celowe zakłócanie spokoju zwierząt. Biegacze łamiący te zasady mogą być ukarani karami czasowymi, a w skrajnych przypadkach dyskwalifikacją.

2.2 Przy poruszaniu po terenie Puszczy Bieniszew wszystkich zawodników obowiązuje Regulamin dla zwiedzających.

2.3 W celu zminimalizowania niekorzystnego wpływu na środowisko, każdy zawodnik zobowiązany jest posiadać własny kubek wielokrotnego użytku lub butelkę (bukłak) do uzupełniania zapasu płynów. Na punktach żywieniowych nie będzie jednorazowych kubków.

2.4 Każdy zawodnik zabiera ze sobą wszystkie odpadki, które wyprodukował. Odpadki i śmieci można zostawić na jednym z punktów nawadniania lub na mecie. Końcówka żela i zakrętka od butelki to też śmieci – należy je zabrać ze sobą. Zachęcamy także do zbierania śmieci po innych zawodnikach – w ramach solidarności biegaczy, niektórzy uczestnicy są mniej uważni lub zmęczeni i zostawiają śmieci przypadkowo.

2.5 Każdy zawodnik zobowiązany jest podpisać swoim numerem startowym wszystkie żele, batony energetyczne i inne produkty żywnościowe w opakowaniach, które zabiera na trasę. Markery dostępne będą w biurze zawodów.

3. Zasady etyczne

Podstawowym założeniem jest zapewnienie równych szans wszystkim uczestnikom i przeprowadzenie zawodów w formule indywidualnego testu możliwości sportowych. Z punktu widzenia każdego zawodnika oznacza to respektowanie trzech najważniejszych zasad: działaj fair, dbaj o bezpieczeństwo, chroń środowisko. Zasady te realizowane są przez następujące reguły szczegółowe:

3.1 W biegu mogą uczestniczyć tylko oficjalnie zgłoszeni i opłaceni zawodnicy.

3.2 Każdy uczestnik pokonuje cały dystans o własnych siłach, bez żadnej pomocy ze strony osób trzecich i bez udziału jakichkolwiek pojazdów mechanicznych. Pomoc osób trzecich dozwolona jest wyłącznie w obrębie punktów nawadniania.

3.3 Biegacze nie mogą zbaczać z wyznaczonej trasy. W przypadku zgubienia się należy bezwzględnie tą samą drogą wrócić do ostatnich znaków i kontynuować bieg zgodnie z oficjalną trasą. Skracanie trasy grozi dyskwalifikacją.

3.4 Każdy zawodnik zobowiązany jest udzielić – w miarę swoich możliwości pomocy kontuzjowanym i potrzebującym pomocy, przede wszystkim poprzez zawiadomienie organizatorów i służb medycznych.

3.5 Zabronione jest stosowanie jakichkolwiek środków dopingujących.

3.6 Zabronione jest stosowanie w czasie biegu jakiejkolwiek przemocy słownej i fizycznej. Odnotowane przypadki będą karane dyskwalifikacją.

3.7 Numer startowy powinien być umieszczony w sposób widoczny dla innych zawodników, kibiców i sędziów, przez cały czas trwania zawodów.

3.8 Zawodnik rezygnujący z biegu zobowiązany jest niezwłocznie zawiadomić o tym fakcie organizatora. W przypadku niezawiadomienia o rezygnacji z biegu, zostanie podjęta akcja poszukiwawcza, a jej kosztami może zostać obciążony zawodnik.

4. Czas i miejsce

gRUNT odbędzie się w dniu 25 sierpnia 2018 roku.

Start poszczególnych dystansów nastąpi odpowiednio:

gRUNT 5+ km – 25 sierpnia 2018, godz. 9.00

gRUNT 12+ km – 25 sierpnia 2018, godz. 9:30

gRUNT 22+ km – 25 sierpnia 2018, godz. 9.30

Bazą zawodów jest była leśniczówka Bieniszew. Start i meta dystansów 5, 12, 22 km nastąpi obok byłej leśniczówki Bieniszew.

5. Trasa

5.1 Zawody zostaną rozegrane na trzech dystansach:

- ok. 22,5 km i ok. 160 m przewyższenia,
- ok. 12,5 km i ok. 75 m przewyższenia,
- ok. 5 km i ok. 14 m przewyższenia,

Zawodnicy zapisują się na wybrany dystans 12+ lub 22+ km i dopiero w trakcie biegu (ok. 10 km), każdy z uczestników decyduje, który z tych dystansów chce przebiec.

5.2 Trasa biegu prowadzi w znakomitej większości po znakowanych szlakach turystycznych i ścieżkach przyrodniczych. W celu zminimalizowania śladu kulturowego specjalne taśmy z oznaczeniami organizatora zostaną umieszczone jedynie w miejscach wątpliwych: skrzyżowaniach szlaków, ostrych zakrętach lub

nieoznaczonych wcześniej ścieżkach leśnych. Każdy z uczestników ma obowiązek zapoznać się z trasą przed biegiem i poruszania się zgodnie z oznaczeniami.

5.3 Mapy i pliki gpx ze szczegółowym przebiegiem tras będą dostępne na stronie internetowej biegu.

6. Limity czasowe i pomiar czasu

6.1 Na trasach obowiązują następujące limity czasowe:

gRUNt 22+ km – 3 godz.

gRUNt 12+ km – 2,5 godz.

gRUNt 5+ km – 2 godz.

7. Punkty nawadniania

7.1 Bieg rozgrywany jest w formule częściowej samowystarczalności. Oznacza to, że każdy zawodnik powinien samodzielnie skalkulować własne zapotrzebowanie na jedzenie i picie w trakcie całego biegu i pomiędzy poszczególnymi punktami kontrolnymi, zaopatrzyć się w konieczne produkty, a punkty nawadniania traktować jako niezbędne uzupełnienie.

Dostępne będą następujące punkty z wodą.

Na trasie gRUNt 5+ km:

– skrzyżowanie traktu Węglewskiego (ok. 3,5 km)

Na trasie gRUNt 12+ km:

– skrzyżowanie traktu Węglewskiego (ok. 3,5 km)

– Wiata Koła Łowieckiego nr 21 w Kazimierzu Biskupim (ok 8 km)

Na trasie gRUNt 22 km:

– skrzyżowanie traktu Węglewskiego (ok. 3,5 km)

– Wiata Koła Łowieckiego nr 21 w Kazimierzu Biskupim (ok 8 km)

– Wiata Koła Łowieckiego nr 21 w Kazimierzu Biskupim (ok 15 km)

8. Wyposażenie obowiązkowe i zalecane

8.1 Każdy uczestnik musi posiadać przez cały czas trwania zawodów:

- własny kubek lub butelkę na napoje (na punktach nie będzie kubków jednorazowych)
- numer startowy umieszczony w widocznym miejscu

8.2 Zaleca się:

- dostosowanie obuwia i ubioru do trudnej górskiej trasy i przewidywanych warunków pogodowych
- ślad gpx wgrany na telefon lub zegarek biegowy
- posiadanie podstawowej apteczki medycznej, foli NRC
- włączony, sprawny i naładowany telefon komórkowy, którego numer podała w zgłoszeniu

9. Rejestracja, opłaty startowe, limit uczestników

9.1 W biegu gRUNt może wziąć udział osoba, która w dniu biegu ma ukończone 18 lat.

9.2 Zgłoszenie do biegu odbywa się poprzez link do formularza rejestracyjnego dostępny na stronie internetowej b4sport w zakładce [ZGŁOSZENIA](#), a po zamknięciu zapisów online, w biurze zawodów.

9.3 Zapisy są możliwe do wyczerpania limitu, który wynosi łącznie dla wszystkich biegów 350 zapisanych i opłaconych osób. Dla poszczególnych dystansów są to następujące liczby: – gRUNt 5 – 150 osób – gRUNt 12 i 22 km – 200 osób (łącznie)

Zgłoszenia on-line będą przyjmowane do dnia 20 sierpnia 2018, lub do wyczerpania limitów miejsc. Po tym terminie zapisy będą możliwe w biurze zawodów, jeśli limit miejsc nie zostanie wyczerpany.

9.4 Integralnym elementem procesu rejestracji jest uiszczenie opłaty startowej w wysokości obowiązującej na dzień zaksięgowania wpłaty.

9.5 Tylko zgłoszenia opłacone do 31 lipca 2018 roku gwarantują otrzymanie pełnego pakietu startowego.

9.6 Ustala się następujące wysokości opłat startowych:

- gRUNt 12 i 22 km – 40 zł
- gRUNt 5 km – 30 zł

9.7 Opłaty startowej należy dokonać przelewem zgodnie z instrukcją zawartą na stronie rejestracji do biegu, lub zgodnie z instrukcją przesłaną mailem.

9.8 Na liście startowej zawodnicy pojawiają się dopiero po zaksięgowaniu opłaty.

9.9 Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wypełnienia się limitu zgłoszeń oraz prawo do zwiększenia puli pakietów startowych.

9.10 Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu, podpisze oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność i oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału w imprezie biegowej (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095),

9.11 Przedstawienie swojego dokumentu ze zdjęciem w biurze zawodów.

9.12 Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora,

9.13. Uczestnicy wyrażają zgodę na wykorzystanie przez Organizatora oraz każdego z Organizatorów ich wizerunku - wyłącznie w celu promocji cyklu biegów i dokumentowania zawodów, a także na wykorzystanie ich wizerunku w celu promocji cyklu przez Organizatora i każdego z Organizatorów, jak i przez podmioty współorganizujące i partnerów oraz sponsorów zawodów.

10. Rezygnacje i przepisywanie pakietów startowych

10.1 Przepisanie pakietu na innego zawodnika nie jest możliwe.

11. Biuro zawodów

11.1 Biuro zawodów będzie zlokalizowane w przy byłej Leśniczówce Bieniszew

11.2 Dokładna lokalizacja i godziny pracy Biura zawodów zostaną podane na stronie internetowej imprezy w późniejszym terminie.

12. Klasyfikacje i nagrody Klasyfikacje:

12.1 Klasyfikacje generalne K i M na dystansach 5 km, 12 km, 22 km.

Nagrody:

Zdobywcy miejsc I – III w klasyfikacji generalnej Open K i Open M na wszystkich dystansach otrzymują statuetki i nagrody. W ramach pozyskanych środków od sponsorów, nagrody rzeczowe otrzymają także zdobywcy miejsc IV-VI w klasyfikacji generalnej Open K i Open M na wszystkich dystansach. W celu weryfikacji poprawnego pokonania tras przez zawodników miejsc I-III w klasyfikacji Open K i Open M na wszystkich dystansach, organizator może zażądać dostarczenia przez tych zawodników śladu gpx z zapisem pokonanej trasy, zawodnicy będą kontrolowani poprzez spisywanie przez sędziów numerów startowych.

13. Kary regulaminowe

Zawodnicy łamiący postanowienia regulaminu mogą być ukarani karami czasowymi od 5 min do 1 godziny, a w skrajnych przypadkach dyskwalifikacją.

14. Świadczenia

14.1 Organizator w ramach opłaty startowej zapewnia następujące świadczenia:

- prawo startu w zawodach na wybranym dystansie
- 3 punkty nawadniania na trasie 22+ km, 2 punkty nawadniania na trasie 12+ km, 1 punkt nawadniania na trasie 5+ km,
- posiłek regeneracyjny na mecie
- obsługa sędziowska,

- pamiątkowy medal na mecie dla zawodników, którzy ukończyli bieg w limicie czasu.
- zabezpieczenie medyczne na trasie

14.2 Odprawa techniczna dla zawodników odbędzie się 30 minut przed danym startem

15. Wykorzystanie wizerunku, dane osobowe

15.1 Administratorem danych osobowych zbieranych od uczestników i zwycięzców jest Fundacja Cursor z siedzibą w Koninie. Przetwarzanie danych osobowych odbywać się będzie na zasadach przewidzianych w Rozporządzeniu Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych)

15.2 Dane osobowe przetwarzane będą dla celu organizacji i przeprowadzenia imprezy biegowej

15.3. Podstawą do przetwarzania danych osobowych jest zgoda na przetwarzanie danych osobowych;

15.4. Podanie danych jest dobrowolne, jednak konieczne do realizacji celów, do jakich zostały zebrane;

15.5. Dane nie będą udostępniane podmiotom zewnętrznym z wyjątkiem przypadków przewidzianych przepisami prawa;

15.6. Dane przechowywane będą przez okres niezbędny do realizacji wyżej określonych celów;

15.7. Uczestnik posiada prawo dostępu do treści swoich danych oraz z zastrzeżeniem przepisów prawa: prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania,

prawo do przenoszenia danych, prawo do wniesienia sprzeciwu, prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie;

15.8. Uczestnik ma prawo do wniesienia skargi do Generalnego Inspektora Ochrony Danych Osobowych;

15.9 Dane nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany i nie będą poddawane profilowaniu.

15.10 Zapisanie się na bieg jest równoznaczne z:

Wyrażeniem zgody na przetwarzanie moich danych osobowych w celach organizacji i przeprowadzenia biegu oraz udostępnienia informacji o wynikach imprezy biegowej. Uczestnik przyjmuję do wiadomości, iż administratorem danych osobowych jest Fundacja Cursor. Uczestnik potwierdza, że posiada wiedzę, że podanie danych jest dobrowolne, jednak konieczne do realizacji celów, w jakim zostały zebrane.

16. Organizator

16.1 Organizatorem zawodów jest: Fundacja Cursor KRS 0000727744

16.2 Współorganizatorem jest Nadleśnictwo Konin

17. Postanowienia końcowe

17.1 Organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzania zmian w regulaminie, wszelkie zmiany będą publikowane na stronie biegu.

17.2 Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.

17.3 Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

17.4 W sprawach nieobjętych niniejszym regulaminem rozstrzyga Organizator.

17.5. Odbiór pakietów możliwy jest tylko i wyłącznie w Biurze Zawodów.

17.6. W ramach pakietu startowego zawodnik otrzyma:

- talon na kielbasę lub kaszanke oraz ewentualne gadzety od sponsorów i partnerów;

17.7. Organizator posiada ubezpieczenie OC. Ani Organizator ani żaden z Organizatorów nie ubezpiecza uczestników od następstw nieszczęśliwych wypadków, pozostawiając tą kwestię w gestii uczestników.

17.8. W czasie trwania zawodów Organizator zapewnia opiekę medyczną.

17.9. Odbiór nagród i statuetek nastąpi wyłącznie podczas kończącej zawody ceremonii wręczenia nagród.

17.10. Sprawy nie objęte regulaminem rozstrzyga Organizator.

17.11. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

17.12. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwości odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Wypełnienie formularza rejestracyjnego oraz dokonanie opłaty rejestracyjnej oznacza, że zawodnik ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w zawodach i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w nich na własną odpowiedzialność

17.13 W przypadku zejścia z trasy zawodów zawodnik zobowiązany jest do niezwłocznego poinformowania Organizatora o wycofaniu się z rywalizacji. Informację zgłosić można sędziom lub obsłudze tras, a następnie obowiązkowo w Biurze Zawodów. Wymóg ten podyktowany jest względami bezpieczeństwa.

17.14 Decyzje obsługi medycznej co do kontynuowania zawodów są ostateczne i niezmiennie.

17.15 Wszelkie uwagi prosimy zgłaszać pod ten numer 723-690-785

18. Zgoda na wykorzystanie wizerunku

18.1 Każdy uczestnik biegu poprzez zapisanie się na bieg oraz podpisanie oświadczenia w biurze zawodów wyraża zgodę na nieodpłatne używanie, wykorzystanie i rozpowszechnianie swojego wizerunku, utrwalonego jakąkolwiek techniką na wszelkich nośnikach (w tym w postaci fotografii i dokumentacji filmowej) przez Fundację Cursor z siedzibą w Koninie, na potrzeby promocji i krzewienia kultury fizycznej.

18.2. Niniejsza zgoda jest nieodpłatna, nie jest ograniczona ilościowo, czasowo ani terytorialnie.

18.3. Dla potrzeb biegu wizerunek może być użyty do różnego rodzaju form elektronicznego przetwarzania, kadrowania i kompozycji, a także zestawiony z wizerunkami innych osób, może być uzupełniony towarzyszącym komentarzem, natomiast nagrania filmowe z jego udziałem mogą być cięte, montowane, modyfikowane, dodawane do innych materiałów powstających na potrzeby konkursu oraz w celach informacyjnych.

18.4. Niniejsza zgoda obejmuje wszelkie formy publikacji, w szczególności rozpowszechnianie w Internecie (w tym na stronach Fundacji Cursor oraz portalach społecznościowych Facebook, Twitter, YouTube itp.) oraz zamieszczenie w materiałach promocyjnych i informacyjnych. Wizerunek nie może być użyty w formie lub publikacji obraźliwej lub naruszać w inny sposób dóbr osobistych.