



VII FESTIWAL BIEGÓW GÓRSKICH GORCE ULTRA-TRAIL®

5-7.08.2022, Ochotnica Dolna, Polska

Kończy się właśnie drugi pandemiczny rok, 2021. Rok pełen zwrotów akcji i zmian obostrzeń, podawanych na dzień przed ich wdrożeniem. Było, można powiedzieć, dynamicznie, i dla organizatorów i dla Was, Biegaczy. Część z Was przełożyła swoje starty na 2022, wykorzystując formułę voucherów, inni wystartowali SOLO, jednak zdecydowana większość zameldowała się na linii startu. Dziękujemy, że byliście z nami, i w czasach obostrzeń i w chwilach, gdy letnie dni pozwalały na więcej swobody i luzu w organizacji.

Mamy nadzieję, że do sierpnia 2022 sytuacja w naszym kraju ustabilizuje się i pozwoli na realizację wydarzenia w formule klasycznej - z gwarem biura zawodów, wspólnym startem i uściskami gratulacji na mecie. Jeśli jednak będzie konieczny reżim sanitarny, starty falowe, dystans czy maseczki, również jesteśmy na to przygotowani, bogatsi o zdobyte doświadczenia. Chcemy Was gorąco przywitać w Gorcach i sprawić, abyście porządnie zmęczyli się na trasie, a na mecie mogli schłodzić się w ochotnickiej rzeczce! Tak jak od 7 lat.

(CZĘŚĆ I REGULAMINU GUT 2022)

*Jednocześnie, mając świadomość nieprzewidywalności rozwoju wydarzeń i idących za nimi rządowych rozporządzeń, przygotowaliśmy kilka opcji do wyboru na wypadek obostrzeń lub braku możliwości realizacji wydarzenia w przewidzianym terminie. Mamy nadzieję, że ułatwią Wam one proces decyzyjny przed rejestracją na letni GUT **(CZĘŚĆ II REGULAMINU GUT 2022)***

Biegaczy, którzy chcieliby już wcześniej sprawdzić swoje siły, zapraszamy do startu w formule SOLO, którą wprowadziliśmy w minionym roku. Starty SOLO LATO ruszą już od początku astronomicznego lata. Zapraszamy w Gorce!

(odrębny REGULAMIN GUT SOLO 2022)

Do zobaczenia w Gorcach,

Fundacja Run Vegan

Ochotnica Dolna, 1.12.2021



REGULAMIN GUT 2022

CZĘŚĆ I: GUT KLASYCZNIE

1. Organizatorzy i cele wydarzenia

1.1 Organizatorem Festiwalu Biegów Górskich Gorce Ultra-Trail® (dalej: GUT) jest Fundacja Run Vegan (dalej: Organizator).

1.2 Współorganizatorem GUT jest gmina Ochotnica Dolna, gospodarz wydarzenia.

1.3 Cele organizacji Gorce Ultra-Trail® to:

- popularyzacja biegów górskich i promocja aktywnej i odpowiedzialnej turystyki
- wyłonienie najlepszych zawodników biegów górskich
- promocja Gorców i Beskidu Wyspowego wśród polskiej i międzynarodowej społeczności biegaczy
- aktywizacja i integracja lokalnej społeczności poprzez sport i wolontariat
- popularyzacja świadomości ekologicznej wśród biegaczy i mieszkańców terenów górskich

2. Ochrona i poszanowanie przyrody - EKO-KODEKS GUT

2.1 Gorce Ultra-Trail® to bieg rozgrywany w otoczeniu dzikiej przyrody, częściowo na terenie Gorczańskiego Parku Narodowego. Respekt dla przyrody traktujemy jako kluczowe przesłanie wydarzenia. Podkreślamy i przypominamy, że pozostawianie jakichkolwiek śmieci na trasie biegu, niszczenie przyrody, zrywanie roślin czy celowe zakłócanie spokoju zwierząt jest surowo zakazane. Biegacze łamiący te zasady mogą być ukarani karami czasowymi, a w skrajnych przypadkach dyskwalifikacją.

2.2 Przy poruszaniu się po terenie Gorczańskiego Parku Narodowego wszystkich zawodników obowiązuje Regulamin dla zwiedzających dostępny na stronie Parku. <http://www.gorzanski-park.pl>

2.3 W celu zminimalizowania niekorzystnego wpływu na środowisko na punktach żywieniowych nie będzie jednorazowych kubków do zimnych napojów. Z tego względu zawodnik zobowiązany jest posiadać własny kubek wielokrotnego użytku oraz butelkę (bukłak) do uzupełniania zapasu płynów.

2.4 Zawodnik ma obowiązek zabrać ze sobą wszystkie odpadki, które wygenerował na trasie. Odpadki i śmieci można zostawić wyłącznie na punktach żywieniowych i mecie. Przypominamy, że końcówka żelu, zakrętka od butelki i chusteczka to też śmieci! Zachęcamy też do zbierania dostrzeżonych śmieci po innych zawodnikach - w ramach solidarności i dbałości o wizerunek biegaczy górskich.

2.5 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, a opakowania mogą być wrywkowo sprawdzane na trasie.

3. Zasady obowiązujące na trasie

3.1 Bieg zostanie przeprowadzony zgodnie z zasadami fair-play sformułowanymi przez International Trail-Running Association. Podstawowym założeniem jest zapewnienie równych szans wszystkim uczestnikom i przeprowadzenie zawodów w formule indywidualnego testu możliwości sportowych.



Oznacza to respektowanie trzech najważniejszych zasad: działaj fair, dbaj o bezpieczeństwo swoje i innych, chroń środowisko.

3.2 Każdy uczestnik pokonuje cały dystans o własnych siłach, bez żadnej pomocy ze strony osób trzecich i bez udziału jakichkolwiek pojazdów mechanicznych. Organizator nie dopuszcza korzystania z pomocy "zajęcy"/ pacemakerów na żadnym odcinku trasy. Pomoc osób trzecich dozwolona jest wyłącznie w obrębie oficjalnych punktów kontrolnych oraz maksymalnie 100 m od punktu. Organizator dopuszcza pomoc osób trzecich poza oficjalnymi punktami wyłącznie w przypadkach, gdy jest to spontaniczny gest gościnności mieszkańców, przez które przebiegają trasy.

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. Skrócenie lub zmiana trasy grozi karą czasową lub dyskwalifikacją.

3.4 Zawodnik zobowiązany jest udzielić - w miarę swoich możliwości - pomocy kontuzjowanym i potrzebującym pomocy, przede wszystkim poprzez niezwłoczne zawiadomienie organizatorów i służb medycznych.

3.5 Zabronione jest stosowanie jakichkolwiek środków dopingujących.

3.6 Zabronione jest stosowanie w czasie biegu jakiegokolwiek przemocy słownej i fizycznej. Odnotowane przypadki będą karane karami czasowymi lub dyskwalifikacją.

3.7 W biegu mogą uczestniczyć tylko oficjalnie zarejestrowani zawodnicy z nadanym numerem startowym.

3.8 Przez cały czas trwania zawodów Uczestnik zobowiązany jest do posiadania numeru startowego umieszczonego w sposób widoczny dla innych uczestników, kibiców i sędziów oraz chipu do pomiaru, zamocowanego zgodnie z zaleceniami.

3.9 Trasa zawodów nie jest zamknięta na czas ich trwania dla innych korzystających. Ponadto część trasy biegnie przez tereny prywatne, użytkowane przez ich właścicieli - możesz spotkać na szlaku wozy konne lub traktory. **Korzystaj z dróg i leśnych ścieżek rozsądnie, z poszanowaniem dla prywatnej własności Mieszkańców i z dbałością o bezpieczeństwo swoje i innych użytkowników.**

3.10 Zawodnicy w czasie biegu poruszają się jako "piesi uczestnicy ruchu drogowego" i są zobowiązani do **zachowania zasad i przepisów bezpieczeństwa w ruchu drogowym zgodnie z Kodeksem Ruchu Drogowego.**

4. Termin i miejsce

4.1 VII edycja biegu Gorce Ultra-Trail® odbędzie się w dniach 5-7.08.2022 roku w Gorcach, a uczestnicy będą mogli wystartować na dystansach od 12 do 102 km.

4.2 Start zawodników na poszczególnych dystansach nastąpi:

- GUT 102 – 6 sierpnia, godz. **04.00**
- GUT 84 – 6 sierpnia, godz. **05.00**
- GUT 48 – 6 sierpnia, godz. **08.00**
- GUT 20 – 7 sierpnia, godz. **09.00**



- GUT 12 – 7 sierpnia, godz. **10.00** (!!! inne miejsce startu!!!)

UWAGA: Godziny startów mogą ulec zmianie w celu dostosowania się do zasad sanitarnych obowiązujących w terminie biegu. Finalne godziny zostaną podane w komunikacie technicznym najpóźniej 3 dni przed startem.

4.3 Baza zawodów oraz start i meta biegów będzie zlokalizowana w Ochotnicy Dolnej, w Wiejskim Ośrodku Kultury, os. Dłubacze 173b. Wyjątkiem jest dystans GUT 12, który wystartuje z Przełęczy Wierch Młynne, osiedle Młynne, Ochotnica Dolna.

⇨ *Dobrze wiedzieć: Wiejski Ośrodek Kultury = WOK*

5. Trasa, przewyższenia, punkty ITRA, oznakowanie

5.1 Zawody Gorce Ultra-Trail® zostaną rozegrane na pięciu dystansach. Liczba kilometrów i przewyższeń są ustalane na podst. zapisu trasy przez Organizatora, zweryfikowanego przez ITRA.

- GUT 102 - ok. 100 km, +/-4250 m przewyższenia, 4 pkt. ITRA
- GUT 84 - ok. 85 km, +/-4030 m przewyższenia, 4 pkt. ITRA
- GUT 48 - ok. 48 km, +/-2380 m przewyższenia, 2 pkt. ITRA
- GUT 20 - ok. 20 km, +/-1020 m przewyższenia, 1 pkt. ITRA
- GUT 12 - ok. 11,5 km i +510/-1020 m przewyższenia

5.2 Oznakowanie trasy. Trasa biegu prowadzi w zdecydowanej większości po znakowanych szlakach turystycznych i ścieżkach przyrodniczych. Oznakowania GUT - taśmy i plansze ze strzałkami - zostaną umieszczone w miejscach wątpliwych takich jak skrzyżowaniach szlaków, ostre zakręty lub nieoznaczone ścieżki leśne. Każdy z uczestników ma obowiązek zapoznać się z trasą przed biegiem i poruszać się zgodnie z oznaczeniami.

UWAGA: niezależnie od oznaczeń, ze względów bezpieczeństwa rekomendujemy wgranie śladu GPX do zegarka/ telefonu lub zabranie mapy z zaznaczoną trasą biegu. W przypadku dystansu GUT 102 i GUT 84 ślad GPX lub mapa jest elementem wyposażenia obowiązkowego.

5.3 Odcinki asfaltowe na trasach GUT zostały ograniczone do minimum. We wszystkich tych miejscach zawody rozgrywane są przy utrzymanym ruchu pojazdów samochodowych. Zawodnicy zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności, przestrzegania przepisów prawa o ruchu drogowym i wykonywania poleceń służb porządkowych, służb drogowych i policji.

5.4 Mapy i pliki gpx ze szczegółowym przebiegiem tras będą dostępne na stronie internetowej www.gorceultra-trail.pl

6. Pomiar czasu i limity

6.1 Pomiar czasu zostanie wykonany za pomocą elektronicznych chipów zwrotnych i mat kontrolnych, które odnotowują pojawienie się zawodnika na danym punkcie. W celu zapewnienia prawidłowego przebiegu wydarzenia Organizator przewiduje ustawienie dodatkowych stałych i lotnych punktów kontrolnych.



6.2 Brak odczytu na danym punkcie kontrolnym może spowodować dyskwalifikację Zawodnika.

6.3 Wyniki zawodów określane są na podstawie czasów **brutto, o ile możliwy będzie wspólny start.** W przypadku konieczności startów indywidualnych lub falowych wyniki zostaną określone na podstawie czasów netto. W przypadku wątpliwości ostateczne decyzje podejmuje 3-osobowa komisja sędziowska wraz z Dyrektorem Biegu.

6.4 Na trasach obowiązują poniższe limity czasowe.

- GUT 102 – 18 godz.
- GUT 84 – 17 godz.
- GUT 48 – 11 godz.
- GUT 20 – 4 godz.
- GUT 12 – 3 godz.

6.5 Na punktach kontrolnych na GUT 102, 84 i 48 obowiązują limity pośrednie wg poniższej tabeli.

Limity obowiązują na wyjściu z punktu kontrolnego, gdzie będą maty pomiarowe lub ręczny pomiar czasu. Po przekroczeniu limitu zawodnicy nie mogą kontynuować zawodów i są zobowiązani do oddania szefowi punktu chipu do pomiaru czasu oraz do zdjęcia numeru startowego.

Dystans	PK1 Prz. Knurowska	PK3 Rzeki	PK4 Szczawa	META Ochotnica Dolna
GUT 102	godz. 9.00	godz. 15.00	godz. 19.00	godz. 22.00
GUT 84	godz. 10.00	-----	godz. 18.30	godz. 22.00
GUT 48	godz. 13.00	-----	-----	godz. 19.00

Zawodnicy GUT 20 i GUT 12 nie mają limitów pośrednich.

7. Punkty żywieniowe

7.1 Bieg rozgrywany jest w formule częściowej samowystarczalności. Oznacza to, że 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 żywieniowe traktować jako niezbędne uzupełnienie.

7.2 Dostępne będą następujące punkty żywieniowe:

Na trasie **GUT 102:**



- Przełęcz Knurowska (ok. 25 km)
- Obidowa (ok. 43 km)
- Rzeki, Polana Trusiówka (ok. 63 km)
- Szczawa (ok. 84 km)

Na trasie **GUT 84:**

- Przełęcz Knurowska (ok. 25 km)
- Jaszczce (ok. 35 km)
- Rzeki, Polana Trusiówka (ok. 47 km)
- Szczawa (ok. 67 km)

Na trasie **GUT 48:**

- Przełęcz Knurowska (ok. 25 km)
- Jaszczce (ok. 35 km)

Na trasie **GUT 20 i GUT 12:**

- Polana pod Gorcem (odpowiednio 11 i 3 km)

7.3 Szczegółowe menu na punktach żywieniowych zostanie podane w komunikacie technicznym przed zawodami.

Dobór produktów i napojów dostępne na punktach oraz forma ich podania będą dostosowane do aktualnych zaleceń epidemicznych. Na wejściu do punktu zawodnicy będą zobowiązani do mycia/ dezynfekcji rąk. Zaleca się również minimalizację czasu spędzonego na punkcie w celu zachowania dystansu społecznego.

8. Wyposażenie obowiązkowe i zalecane

8.1 Zawodnik musi posiadać przez cały czas trwania swojego biegu wyposażenie obowiązkowe zgodne z jego dystansem. Wyposażenie będzie weryfikowane w biurze zawodów, przed wejściem do strefy startu, na trasie (wyrwkowo) oraz na mecie.

8.2 Wyposażenie obowiązkowe dla wszystkich dystansów:

- numer startowy umieszczony w widocznym miejscu przez cały czas trwania zawodów oraz chip do pomiaru czasu zamocowany zgodnie z zaleceniami tj. na butce lub kostce nad butem.
- włączony, sprawny i naładowany telefon komórkowy z zapisanym numerem alarmowym GUT tj. +48 665 290 141. Numer telefonu Zawodnika musi zgadzać się z numerem podanym przez niego w zgłoszeniu. UWAGA: ze względów bezpieczeństwa należy zweryfikować swój numer telefonu w biurze zawodów przy odbiorze numeru startowego!
- folia NRC o wielkości min. 140×200 cm
- własny kubek lub pojemnik na napoje - zgodnie z EKO-KODEKSEM GUT na punktach nie będzie kubków jednorazowych na zimne napoje



- bandaż elastyczny
- maseczka lub chusta wielofunkcyjna umożliwiająca zasłonięcie nosa i ust

8.3 Wyposażenie obowiązkowe dodatkowe dla **GUT 102** i **GUT 84**

- sprawna czołówka
- wgrany track GPS lub mapa z zaznaczoną trasą biegu

8.4 Wyposażenie zalecane dla wszystkich dystansów, w szczególności dla dystansów ultra czyli GUT 102, 84 i 48

- kurtka przeciwdeszczowa z kapturem
- koszulka z długim rękawem na wypadek ochłodzenia
- pojemnik na wodę o minimalnej pojemności 1,5 litra
- ślad gpx wgrany na telefon/ zegarek biegowy lub mapę trasy
- apteczka, zawierająca dodatkowo (poza obowiązkowym bandażem elastycznym)
 - środek do odkażenia ran typu Octanisept, plastry
 - żel do dezynfekcji dłoni

9. Rejestracja, limity uczestników, opłaty startowe

9.1 W biegach GUT 102, 84 i 48 może wziąć udział osoba, która w dniu biegu ma ukończone 18 lat. W biegach GUT 20 oraz GUT 12 może wziąć udział osoba, która w dniu biegu ukończyła 16 lat, pod warunkiem dostarczenia do biura zawodów pisemnej zgody rodziców lub prawnych opiekunów. Zawodnicy między 12 a 16 rokiem życia mają prawo startu na dystansach 20 i 12 km, jednak wyłącznie w sytuacji, jeśli przez cały czas trwania biegu będą pod bezpośrednią opieką rodzica/opiekuna, który również wystartuje w zawodach.

9.2 Dystans GUT 102 jako koronny dystans zawodów traktowany jest w sposób szczególny. Mogą w nim wystartować wyłącznie zawodnicy, których indywidualny indeks ITRA (ITRA Performance Index) wynosi co najmniej 400 pkt., a jeśli nie są sklasyfikowani w bazie danych ITRA, potrafią udokumentować ukończenie do daty rejestracji co najmniej dwóch biegów górskich na dystansie co najmniej 50 km. Odpowiednie dane należy wpisać w formularzu rejestracji. Podanie punktów ITRA lub dokumentacja startów jest obowiązkowa.

⇔ *Swój indeks ITRA sprawdzisz na <https://itra.run/community/>*

9.3 Zgłoszenie uczestnika odbywa się poprzez formularz rejestracyjny on-line. Link do formularza jest dostępny na stronie internetowej www.gorceultratrail.pl. Aby skutecznie zarejestrować się na wybrany bieg, należy założyć swoje indywidualne konto na platformie <https://b4sportonline.pl/>, wybrać dystans, dokonać zapisu i uiścić opłatę za wybrany bieg.

9.3 Zapisy on-line działają do dnia 15 lipca 2022. Tylko zgłoszenia opłacone do tej daty gwarantują otrzymanie pełnego pakietu i imiennego numeru startowego. Po tej dacie rejestracja będzie możliwa w biurze zawodów w miarę dostępnych miejsc.

9.4 Zapisy są możliwe do wyczerpania limitu miejsc na poszczególnych dystansach. Limity miejsc wynoszą odpowiednio:



- GUT 102 - 150 osób
- GUT 84 - 200 osób
- GUT 48 - 500 osób
- GUT 20 - 300 osób
- GUT 12 - 150 osób

9.5 Integralnym elementem procesu rejestracji jest uiszczenie opłaty startowej w wysokości obowiązującej na dzień zaksięgowania wpłaty. **Rejestracja bez dokonania opłaty nie stanowi rezerwacji miejsca.** Opłatę startową należy dokonać poprzez system online zgodnie z instrukcją zawartą na stronie rejestracji. Zawodnik pojawi się na liście startowej po zaksięgowaniu opłaty. Opłata startowa nie jest ważna, jeśli uczestnik nie dokonał rejestracji elektronicznej, jeżeli została wniesiona po terminie lub po wyczerpaniu limitu miejsc.

⇨ *Dostępność miejsc i lista startowa:* https://b4sportonline.pl/Gorce_Ultra_Trail/

9.6 Ustala się następujące wysokości opłat startowych:

Dystans	I stawka 1.12.2021 - 31.01.2022	II stawka 1.02–30.04.2022	III stawka 01.05–15.07.2022	IV stawka 5-7.08.2022
GUT 102	230 zł	260 zł	290 zł	340 zł
GUT 84	190 zł	220 zł	250 zł	300 zł
GUT 48	160 zł	190 zł	220 zł	270 zł
GUT 20	110 zł	130 zł	150 zł	180 zł
GUT 12	65 zł	90 zł	110 zł	130 zł

9.7 Pamiątkowe koszulki. Do **15 lipca 2022** można zamówić przy wpłacie wpisowego koszulkę techniczną za dodatkową opłatą 70 zł. Pakiety z zamówioną koszulką można odebrać wyłącznie w biurze zawodów. W przypadku rezygnacji z biegu można otrzymać zamówioną koszulkę pod warunkiem: odbioru osobistego, odbioru przez wskazaną osobę z pisemnym upoważnieniem lub drogą pocztową, pod warunkiem poinformowania mailem Organizatora do 31 lipca. Koszt wysyłki pocztowej - 15 zł, płatne na konto Fundacji. Wysyłka nastąpi w czasie 14 dni po zakończeniu imprezy.

Niewielka pula koszulek będzie również dostępna w biurze zawodów w cenie 80 zł/szt.



9.8 Organizator przyznaje poniższe **zniżki od opłat startowych**. Aby uzyskać kod rabatowy, należy do dnia **15.07.2021** i **PRZED** dokonaniem rejestracji skontaktować się z Organizatorem na adres: info@gorceultratrail.pl , a następnie zarejestrować się, wpisując otrzymany kod rabatowy.

UWAGA: rabat liczony jest od obowiązującej stawki opłat

Osoby uprawnione do zniżek to:

- zawodnicy sklasyfikowani wg ITRA jako INTERNATIONAL LEVEL - ITRA CODE A (Performance Index K>700 pkt, M>825) mają prawo bezpłatnego startu na wybranym przez siebie dystansie
- **zawodnicy, którzy w minionych edycjach zajęli miejsce na podium, mają prawo do zniżek opisanych szczegółowo w punkcie 12.3**
- mieszkańcy gminy Ochotnica Dolna mają prawo do 20% rabatu od bieżącej stawki opłaty startowej.
- osoby urodzone w roku 1951 lub wcześniej mają prawo do 50% rabatu od bieżącej stawki opłaty startowej
- zawodnicy, którzy zdecydują się start na 2 dystansach mają prawo do 20% rabatu od bieżącej stawki opłaty startowej na krótszym dystansie

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

9.10 Zawodnik, który chce otrzymać **fakturę**, powinien podać wymagane dane podczas rejestracji online lub przesłać je na adres: robert@runvegan.pl Faktura za wniesioną opłatę startową zostanie wystawiona do 15. dnia miesiąca następującego po miesiącu, w którym dokonano płatności. Akceptując Regulamin, Uczestnik wyraża zgodę na przesłanie faktury w formie elektronicznej bez podpisu odbiorcy.

10. Rezygnacja ze startu, zmiana dystansu, przepisywanie pakietów startowych

10.1 Ze względu na sytuację epidemiczną wydłużony został czas na zgłaszanie rezygnacji z biegu i równocześnie zmieniony został % zwrotu wpisowego. Szczegółowe zasady znajdują się w CZĘŚCI II niniejszego regulaminu.

10.2 Zmiana dystansu możliwa jest do dnia **do 15 lipca** 2022. W przypadku zmiany z krótszego dystansu na dłuższy konieczne jest wyrównanie opłaty wpisowej do wysokości obowiązującej w dniu zmiany. W przypadku odwrotnej zmiany, tj na dystans krótszy, Organizator nie zwraca różnicy wpisowego. Zmiana dystansu jest możliwa w ramach wolnych miejsc na dany dystans. Za operację zmiany dystansu Organizator pobiera opłatę manipulacyjną w wysokości 20 zł. Przepisanie staje się skuteczne dopiero po zaksięgowaniu wpłaty i po otrzymaniu potwierdzenia e-mailowego od Organizatora.

10.3 Przepisanie opłaconego pakietu na innego zawodnika jest możliwe **do 15 lipca** 2022. Zawodnik, który chce przepisać pakiet na innego biegacza, informuje o tym Organizatora wiadomością e-mail, zawierającą dane nowego zawodnika (imię, nazwisko, mail) oraz potwierdzenie opłaty manipulacyjnej. Nowy uczestnik rejestruje się on-line bez wniesienia opłaty startowej. Zawodnicy rozliczają się między sobą. Za operację przepisania uczestnika Organizator pobiera opłatę w wysokości 40 zł. Przepisanie staje się skuteczne po zaksięgowaniu wpłaty i otrzymaniu potwierdzenia mailowego od Organizatora.



10.4 Adres mailowy Organizatora, na który należy wysłać prośbę o zmianę dystansu lub przepisanie pakietu na innego zawodnika oraz potwierdzenie wpłat to: info@gorceultratrail.pl. Dopłatę do nowego dystansu oraz opłatę manipulacyjną należy przelać na konto Fundacji, podane w pkt. 18 Regulaminu, z opisem:

- w tytule przelewu zmiany dystansu należy podać: imię i nazwisko, zmiana dystansu z km na km.
- w tytule przelewu zmiany zawodnika należy podać: "Przepisanie pakietu imię i nazwisko na imię i nazwisko, dystans"

10.5 Po **15 lipca** 2022 zmiany dystansu/ zawodnika będą możliwe w Biurze Zawodów, z zastrzeżeniem i w miarę dostępnego czasu zespołu Biura oraz wolnych miejsc na wybranym dystansie. Opłata manipulacyjna za zmianę dystansu/ zawodnika w Biurze Zawodów wynosi 50 zł.

11. Biuro Zawodów, odbiór pakietów, odprawa techniczna

11.1 Biuro Zawodów GUT będzie działać w Wiejskim Ośrodku Kultury w Ochotnicy Dolnej. Dokładny adres to Dłubacze 173b, 34-452 Ochotnica Dolna. Godziny działania Biura Zawodów:

PIĄTEK, 5 sierpnia:

15.00 – 23.00 (wszystkie dystanse)

SOBOTA, 6 sierpnia:

06.30 - 7.15 (GUT 48)

18.00 - 20.00 (GUT 20 i GUT 12)

NIEDZIELA, 7 sierpnia

07.00 - 8.00 (GUT 20 – "Ochotnica Challenge")

07.00 - 9.00 (GUT 12)

09.00 - 10.30 (Biegi Dzieci)

11.2 Odbiór numeru startowego jest możliwy wyłącznie **OSOBIŚCIE**, na podstawie dokumentu ze zdjęciem oraz datą urodzenia.

11.3 W Biurze Zawodów przy odbiorze numeru Zawodnik ma obowiązek:

- potwierdzić / zweryfikować datę urodzenia w zgłoszeniu (klasyfikacje wiekowe) oraz podany numer telefonu (bezpieczeństwo)
- okazać wyposażenie obowiązkowe
- okazać podpisane swoim numerem startowym opakowania żywności zabieranej na trasę (markery we własnym zakresie)
- podpisać zaświadczenie o braku przeciwwskazań medycznych do startu

11.4 Warunkiem wydania numeru startowego i tym samym dopuszczenia zawodnika do biegu jest własnoręczne podpisanie Karty Zawodnika, zawierającej m.in. deklarację braku przeciwwskazań do uczestnictwa w biegu oraz oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.



11.5 Pakiety, które nie zostaną odebrane w godzinach działania Biura Zawodów właściwych dla danego dystansu, trafią do ponownej sprzedaży lub zostaną przeznaczone dla wolontariuszy.

11.6 Odprawa techniczna dla zawodników dystansów GUT 102, GUT 84 i GUT 48 odbędzie się w piątek 5 sierpnia 2022 roku w RESTAURACJI OCH, Hologówka 198 (ok 1 km od biura zawodów) w Ochotnicy Dolnej o godzinie 19:00. Komunikat techniczny będzie dostępny na stronie wydarzenia www.gorceultra-trail.pl, profilu FB oraz zostanie rozesłany mailem.

12. Klasyfikacje i nagrody

12.1 Organizator przewiduje następujące klasyfikacje:

- Klasyfikacje OPEN K i OPEN M na wszystkich dystansach
- Klasyfikacje wiekowe K i M na wszystkich dystansach w podziale:
 - K/M do 35 lat
 - K/M 36 - 45 lat
 - K/M 46 - 55 lat
 - K/M 56+ lat

UWAGA. Klasyfikacja OPEN i klasyfikacje wiekowe dublują się

12.2 Statuetki i nagrody

Zdobywcy miejsc I-III w klasyfikacji OPEN K/ M na wszystkich dystansach otrzymają statuetki i upominki. Zdobywcy miejsc I - III we wszystkich kategoriach wiekowych na wszystkich dystansach otrzymają pamiątkowe statuetki.

W celu weryfikacji poprawnego pokonania trasy przez zawodników z miejsc I-III w klasyfikacji OPEN K/M na wszystkich dystansach Organizator może zażądać dostarczenia przez tych zawodników śladu gpx z zapisem pokonanej trasy.

12.3 Doceniając wysiłek sportowy Zwycięzców, Organizator określa następujące zasady świadczeń dodatkowych w postaci zniżek na kolejne edycje wydarzenia:

- zwycięzcy I K/M OPEN wszystkich dystansów mają prawo do bezpłatnego startu na wybranym dystansie w kolejnym roku/ wydarzeniu
- zawodnicy, którzy w danym roku zajęli miejsca II-III K/M OPEN, mają prawo do rabatu 50% na dowolnym dystansie w kolejnym roku/ wydarzeniu
- zawodnicy, którzy w klasyfikacji OPEN K/M w latach ubiegłych zajęli miejsca I-III K/M, mają dożywotnie prawo do rabatu 20% na wybranym przez siebie dystansie
- rabat liczony jest od stawki obowiązującej w momencie uiszczenia opłaty za start.

UWAGA: Pakiety startowe uzyskane z rabatem VIP są nie transferowalne na innych zawodników.

12.4 Przewidziane są **dodatkowe klasyfikacje i statuetki** w kategoriach:

- **Najstarszy Ultras**, który ukończy dystans ultra: GUT 102, GUT 84 lub GUT 48 (K lub M)



- **Mieszkaniec gminy Ochotnica Dolna:** dystanse GUT 20 i GUT 12, miejsca I-III K/M
UWAGA: konieczne zaznaczenie kat. MIESZKANIEC GMINY OCHOTNICA przy rejestracji
- **klasyfikacja drużynowa** (odrębny regulamin)
UWAGA: konieczne zaznaczenie kategorii DRUŻYNA

12.5 Warunkiem odebrania statuetek i upominków jest obecność zawodnika na dekoracji, która odbędzie się 7.08.2022 (niedziela). W przypadku braku nagrodzonych zawodników nagrody przepadają i nie będą wręczone. Istnieje możliwość przesłania statuetek pocztą pod warunkiem zgłoszenia takiej prośby mailem na adres: info@gorceultratrail.pl, najpóźniej do 7.08.2022.

12.6 Zawodnik ma prawo do wniesienia protestu po wniesieniu kaucji w wysokości 200 zł (50 EUR) nie później niż do 3 godzin po zakończeniu danego dystansu. Protest musi zostać złożony pisemnie na adres mailowy info@gorceultratrail.pl Protest będzie rozpatrzony w ciągu 2 godzin, a rozstrzyga Sędzia Główny zawodów. Protest odrzucony powoduje utratę kaucji przez zgłaszającego.

13. Pakiet startowy, świadczenia, depozyt

13.1 Organizator w ramach opłaty startowej zapewnia następujące świadczenia:

- prawo startu w zawodach na wybranym dystansie
- imienny numer startowy oraz elektroniczny chip zwrotny do pomiaru czasu
- pamiątkowy upominek GUT 2022
- dedykowane piwo OWCA RUN od Partnera GUT, Browaru Podgórz
- obsługę sędziowską i elektroniczny pomiar czasu
- punkty żywieniowe:
GUT 102 i GUT 48 - 4 punkty; GUT 48 - 2 punkty, GUT 20 i GUT 12 - 1 punkt.
Szczegóły dot. punktów żywieniowych zostaną podane w komunikacie technicznym.
- posiłek regeneracyjny na mecie, w formule zgodnej z obowiązującym w czasie wydarzenia reżimem sanitarnym
- pamiątkowy medal na mecie dla zawodników, którzy ukończą bieg
- zabezpieczenie medyczne na trasie, we współpracy z GOPR Grupa Podhalańska
- przepak na dystansach GUT 102 i GUT 84 (PK Rzeki)
- depozyt na mecie

13.2 Organizator zapewnia **depozyt** w strefie start/meta. Worki na depozyt dostępne będą w biurze zawodów. Zabronione jest umieszczanie w workach pojemników szklanych oraz puszek z napojami. Depozyt można oddać w godzinach działania Biura lub bezpośrednio przed startem. Depozyt będzie do odbioru na mecie wyłącznie za okazaniem numeru startowego. Odbiór depozytu będzie możliwy do końca trwania imprezy. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie i nie ponosi odpowiedzialności za zagubienie depozytu. Depozyt, który nie został odebrany podczas Zawodów może być na prośbę Zawodnika wysłany kurierem pod wskazany adres. Prośbę



należy przesać najpóźniej do 07.08.2022 na adres info@gorceultratrail.pl Wszelkie koszty wysyłki pokrywa Zawodnik. Po tej dacie nieodebrane depozyty zostaną przekazane na cele charytatywne lub oddane do utylizacji.

14. Rezygnacja w trakcie zawodów, start z kijami, psy na trasie

14.1 Zawodnik wycofujący się z biegu w trakcie zawodów zobowiązany jest niezwłocznie i w sposób skuteczny zawiadomić o tym Organizatora. W przypadku niezawiadomienia o zejściu z trasy i rezygnacji z biegu może zostać podjęta akcja poszukiwawcza, a jej kosztami może zostać obciążony zawodnik.

14.2 Organizator dopuszcza start z kijami biegowymi na wszystkich dystansach. Zawodnik korzystający z kijków jest bezwzględnie zobowiązany do zadbania o bezpieczeństwo osób biegnących w zasięgu jego kijków.

14.3 Organizator dopuszcza możliwość startu z psem, z zastrzeżeniem:

- zakazu startu z psem na GUT 102 ze względu na przebieg trasy przez Gorczański Park Narodowy
- zakazu używania obroży typu kolczatka, dławik i inne podobne
- w przypadku użycia uprzęży, która wzmacnia siłę biegacza i tym samym zmienia wynik rywalizacji, uczestnik nie będzie klasyfikowany na podium

15. Kary regulaminowe

15.1 Zawodnicy łamiący postanowienia Regulaminu mogą być ukarani karami czasowymi, a w szczególnych przypadkach dyskwalifikacją. Określa się następujące zasady:

- skrócenie lub zmiana trasy: kara czasowa wg decyzji Dyrektora Biegu
- brak elementu wyposażenia obowiązkowego: 15 min kary czasowej za każdy element
- udokumentowane celowe śmiecenie na trasie przez zawodnika lub jego zespół techniczny: dyskwalifikacja
- udokumentowane agresywne zachowanie wobec innych zawodników lub wolontariuszy, odmowa dostosowania się do poleceń zespołu medycznego lub sędziowskiego: kara czasowa lub dyskwalifikacja
- start z numerem startowym innego zawodnika: dyskwalifikacja
- kary czasowe będą doliczone do czasu, jaki zawodnik uzyskał na mecie zawodów.

16. Ochrona wizerunku i dane osobowe

16.1 Dane osobowe uczestników będą przetwarzane w celach organizacji i promocji tego i innych wydarzeń Organizatora, w tym wyłonienia zwycięzców biegu oraz przyznania i wydania nagród. Obejmuje to również publikację: imienia, nazwiska, roku urodzenia, nazwy miejscowości i nazwy klubu.

16.2 Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, stanowi jednak niezbędny wymóg udziału w biegu.



16.3 Dane osobowe Uczestników biegu są przetwarzane zgodnie z Rozporządzeniem 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 95/46WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych). Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że przysługuje mu prawo wglądu do treści jego danych, ich poprawienia lub całkowitego usunięcia z systemów informatycznych Organizatora.

16.4 Organizator – Fundacja Run Vegan z siedzibą w Warszawie przy ulicy Karmelickiej 15/37, (kontakt: robert@runvegan.pl , tel: +48 506 009 611), będzie przetwarzał powierzone dane osobowe stosując zabezpieczenia odpowiednimi środkami technicznymi i organizacyjnymi, zapewniającymi adekwatny stopień bezpieczeństwa, odpowiadający ryzyku związanemu z przetwarzaniem danych osobowych. Uczestnik, jeśli ma jakiegokolwiek pytania w sprawie swoich danych osobowych, może skontaktować się z Administratorem danych osobowych.

16.5 Zapisując się do udziału w zawodach uczestnik akceptuje niniejszy Regulamin i wyraża zgodę na nieodpłatną publikację swojego wizerunku do promocji i organizacji imprez Organizatora w mediach, a także w reklamach, materiałach promocyjnych Organizatora, partnerów, patronów medialnych i sponsorów.

17. Postanowienia końcowe

17.1 Organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzania zmian w regulaminie. Wszelkie zmiany będą publikowane na stronie wydarzenia.

17.2 Organizator zastrzega sobie prawo odwołania wydarzenia bez podawania przyczyn.

17.3 Bieg odbędzie się bez względu na pogodę

17.4 Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do skrócenia lub modyfikacji trasy, czasowego wstrzymania biegu, odwołania biegu lub przesunięcia terminu zawodów ze względu na zalecenia GOPR, służb państwowych (m.in. Policji, Parku Narodowego, Straży Pożarnej) lub rozporządzenia rządowe, a także ze względu na siłę wyższą, ryzyko wystąpienia zdarzeń zagrażających życiu lub zdrowiu (np. gwałtowne burze, powódzie, zagrożenie epidemiczne). Skrócenie, zmiana przebiegu trasy lub harmonogramu zawodów oraz odwołanie zawodów z przyczyn niezależnych od Organizatora nie stanowi podstawy do zwrotu wpisowego.

17.4 Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność, świadomi ryzyka, jakie niesie ze sobą długodystansowy bieg górski.

17.5 W sprawach nieobjętych niniejszym regulaminem rozstrzyga Organizator.

17.6 Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi.

18. Dane kontaktowe Organizatora oraz dane do przelewów bankowych

Fundacja Run Vegan,

Karmelicka 15/37, 00-163 Warszawa,

NIP: 5252731220

Mail: info@gorceultratrail.pl



Tel: +48 507 006 851

Konto bankowe (opłaty startowe, zmiany zawodników, zmiany dystansu):

mBank: 71 1140 2004 0000 3302 7737 4900

IBAN: PL71 1140 2004 0000 3302 7737 4900

SWIFT: BREXPLPWBM

CZĘŚĆ II: ANEKS czyli GUT w czasach COVID-19

1. Czym jest Aneks

- 1.1. Aneks jest integralną częścią regulaminu GUT 2022. Rejestracja na wydarzenie oznacza akceptację Regulaminu oraz zapisów niniejszego Aneksu.
- 1.2. Aneks reguluje kwestie związane z przeszłymi Rozporządzeniami Rady Ministrów, które mogą wpłynąć na ograniczenie lub brak możliwości realizacji wydarzenia w pełnej formie, na przykład poprzez wprowadzenie limitów realizacji wydarzeń sportowych, ograniczenie swobody przemieszczania się czy funkcjonowania branży usług noclegowych.
- 1.3. Aneks zawiera również zasady realizacji wydarzenia w zakresie bezpieczeństwa sanitarnego. Zasady te mogą ulec zaostrzeniu lub złagodzeniu, stosownie do sytuacji epidemicznej i przepisów obowiązujących w dniu wydarzenia

2. Zasady wprowadzone w związku z obowiązującymi stanem epidemicznym

UWAGA: W trakcie całego wydarzenia wszystkich uczestników i kibiców obowiązuje przestrzeganie aktualnych wytycznych epidemicznych dostępnych na stronie www.gov.pl

- 2.1. W wydarzeniu mogą wziąć udział wyłącznie osoby zdrowe, w szczególności niepodlegające obowiązkowi izolacji lub kwarantanny.
- 2.2. Maksymalna jednoczesna liczba uczestników wydarzenia na terenie strefy START/ META: wg Rozporządzenia aktualnego w dniu zawodów (zawodnicy + organizatorzy + obsługa).
- 2.3. Na terenie Biura Zawodów, Miasteczka, w strefie Start/ Meta oraz na punktach żywieniowych uczestnicy zobowiązani są do zachowania dystansu i zakrywania ust i nosa. Wyposażenie obowiązkowe uczestników obejmuje tym samym maseczkę/ komin.
- 2.4. Przed wejściem do przestrzeni zamkniętych/ wydzielonych Uczestnicy są zobowiązani do dezynfekcji rąk i zasłonięcia ust i nosa.
- 2.5. Uczestnik zgadza się na pomiar temperatury termometrem bezdotykowym przez wolontariuszy i obsługę medyczną wydarzenia.
- 2.6. Organizator zapewnia:
 - płyny do dezynfekcji



- maseczki dla wolontariuszy i zespołu technicznego

3. **Możliwe scenariusze rozwoju wydarzeń**

3.1. W przypadku nowych obostrzeń epidemicznych, które ograniczą formułę, ale nie uniemożliwią realizacji wydarzenia, Organizatorzy przewidują wprowadzenie zasad adekwatnych do ograniczeń, obejmujących na przykład (lista otwarta):

- start w formule rozproszonej, z wyznaczonymi godzinami startu lub start falowy
- przeniesienie części startujących na kolejny dzień
- wprowadzenia klasyfikacji wg czasów netto
- rezygnację z biura zawodów i odprawy w piątek oraz ceremonii dekoracji
- rezygnację lub ograniczenie formuły punktów żywieniowych

UWAGA: Rejestracja na wydarzenie oznacza, że Uczestnik jest świadom możliwości wprowadzenia powyższych ograniczeń i je akceptuje.

3.2. W przypadku braku możliwości realizacji wydarzenia w przewidzianym terminie Organizator może zdecydować o:

- przesunięciu wydarzenia na inny termin
- odwołaniu wydarzenia

zaś Uczestnik ma prawo do:

- rezygnacji z wydarzenia i otrzymania 80% wpłaty
- przesunięcia swojej wpłaty na kolejne wydarzenia realizowane przez Fundację w formule uzyskania vouchera o 100% wartości dokonanej wpłaty
- otrzymania pocztą swojego pakietu startowego wraz z upominkiem i uzyskania vouchera na pozostałą kwotę, o ile elementy składowe pakietu będą już wyprodukowane
- przesunięcia swojej opłaty na rzecz formuły GUT SOLO

3.3. W przypadku konieczności odwołania wydarzenia z przyczyn niezależnych od Organizatora bezpośrednio przed biegiem, tj, w dniach 1-5.08.2022, Uczestnik ma możliwość:

- przesunięcia swojej wpłaty na kolejne wydarzenia realizowane przez Fundację w formule uzyskania vouchera o 80% wartości dokonanej wpłaty
- otrzymania pocztą swojego pakietu startowego wraz z upominkiem i uzyskania zwrotu/vouchera na pozostałą kwotę
- przesunięcia swojej opłaty na rzecz formuły GUT SOLO

4. **Rezygnacja z wydarzenia przez Uczestnika z przyczyn leżących po stronie Uczestnika**

4.1. W przypadku rezygnacji ze startu do dnia 15.07.2022 Uczestnik ma prawo do:



- otrzymania 80% wpłaty
 - przesunięcia swojej wpłaty na kolejne wydarzenia realizowane przez Fundację w formule uzyskania vouchera o 100% wartości dokonanej wpłaty
 - otrzymania pocztą swojego pakietu startowego wraz z upominkiem i uzyskania vouchera na pozostałą kwotę, o ile elementy składowe pakietu będą już wyprodukowane
 - przesunięcia pakietu na innego Zawodnika (szczegóły: CZĘŚĆ I)
- 4.2. W przypadku rezygnacji ze startu w dniach 20.07-1.08.2022 Uczestnik ma prawo do:
- przesunięcia swojej wpłaty na kolejne wydarzenia realizowane przez Fundację w formule uzyskania vouchera o 80% wartości dokonanej wpłaty
 - otrzymania pocztą swojego pakietu startowego wraz z upominkiem i uzyskania vouchera na pozostałą kwotę, o ile elementy składowe pakietu będą już wyprodukowane
 - przesunięcia pakietu na innego Zawodnika (szczegóły: CZĘŚĆ I).
5. Szczegółowe rozwiązania będą wypracowywane adekwatnie do rozwoju sytuacji epidemicznej w kraju i wprowadzanych bądź wycyfywanych rozporządzeń Rady Ministrów.

*Wierzimy, że - **Z ZACHOWANIEM ZASAD BEZPIECZEŃSTWA I ZDROWEGO ROZSĄDKU** - trzeba żyć i BIEGAĆ dalej. Mamy nadzieję, że zaproponowane podejście ułatwi Wam podjęcie decyzji co do rejestracji, jesteśmy też otwarci na Wasze pomysły i rozwiązania.*

Niech nadzieja na spotkanie w Gorcach będzie Waszą motywacją do regularnego treningu!

Z życzeniami zdrowia w biegu i nad wyraz wysokiej odporności,

Violetta Domaradzka

Robert Zakrzewski

Zarząd Fundacji Run Vegan

Ochotnica Dolna, 1.12.2022