

## **Szczegółowy regulamin imprezy Bieg Szlak Trafi.**

### **I. TERMIN I MIEJSCE**

Bieg odbędzie się 03 sierpnia 2024 roku na terenie Kazimierskiego Parku Krajobrazowego. Start i meta zlokalizowane będą w pobliżu Karczmy Parchatka. Start biegu na dystansie około 60 km zaplanowany jest na godzinę 6.00 rano, na dystansie ok. 20 km na godzinę 10:00, a na dystansie około 7 km na godzinę 11:00.

Dokładny adres:

Parchatka 187

24-120 Kazimierz Dolny.

### **II. CEL**

1. Popularyzacja biegów masowych jako aktywnego sposobu spędzania czasu na łonie natury w rodzinnym gronie.
2. Promocja Kazimierskiego Parku Krajobrazowego, Puław, gminy Kazimierz Dolny, szlaków turystycznych, zielonej Lubelszczyzny oraz lokalnych twórców i atrakcji turystycznych.

### **III. ORGANIZATOR**

Fundacja Ruszaj Na Szlak

Bronowice 5C, 24-100 Puławy

KRS 0000484679

NIP 7162814825

REGON 061632209

### **IV. TRASA**

Do wyboru są trzy dystanse:

1. około 7 km,
2. około 20 km.
  
3. około 60 km.

Trasa wyznaczona jest na terenie Kazimierskiego Parku Krajobrazowego, wiedzie przez drogi utwardzone, leśne ścieżki i dna wąwozów. Jest to bieg o charakterze górsko – przełajowym. Start i meta zlokalizowane są w pobliżu Karczmy Parchatka.

### **V. LIMIT UKONCZENIA BIEGU**

1. Limit czasu dla dystansu o długości około 7 km wynosi 2 godziny.
2. Limit czasu dla dystansu o długości około 20 km wynosi 5 godzin.
  
3. Limit czasu dla dystansu o długości około 60 km wynosi 10 godzin.

### **VI. WARUNKI UCZESTNICTWA**

1. Zapoznanie się z Regulaminem Biegu i bezwzględne go przestrzeganie.
2. W dniu biegu ukończone 18 lat.
3. Prawidłowe i terminowe zgłoszenie się na bieg oraz uiszczenie opłaty startowej, zgodnie z

pkt. VII poniżej.

4. Osobiste podpisanie oświadczenia po wcześniejszym okazaniu dowodu osobistego w biurze zawodów o braku zdrowotnych przeciwwskazań do startu w zawodach oraz o uczestnictwie w biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
5. Osoby, które nie przedstawią dowodu tożsamości w Biurze Zawodów nie zostaną dopuszczone do uczestnictwa w biegu.
6. Odebranie pakietu startowego w Biurze Zawodów oraz czasowe stawienie się na starcie biegu.

## **VII. ZGŁOSZENIE NA BIEG**

W celu prawidłowego zgłoszenia na bieg należy:

1. Do dnia 14 lipca 2024 roku zarejestrować swój udział na stronie [www.biegszlaktrafi.pl](http://www.biegszlaktrafi.pl) wypełniając formularz zgłoszeniowy.
2. Uiszczyć opłatę startową w należytej wysokości. Sposób dokonania opłaty i jej wysokość określa pkt VIII poniżej. Uwaga! W przypadku wyczerpania limitu decyduje kolejność wpłat!
3. Opłata musi zostać zaksięgowana na koncie Fundacji najpóźniej 16 lipca 2024 roku. Brak zaksięgowanej opłaty w tym terminie wiąże się z brakiem możliwości udziału w biegu.
4. UWAGA! Podczas wypełniania formularza zgłoszeniowego należy wybrać dystans.
5. Organizatorzy w wyjątkowych przypadkach dopuszczają przepisanie pakietu na inną osobę do dnia 22.07.2024 roku. Przepisanie pakietu musi zostać ustalone z Organizatorem i zgłoszone drogą mailową.
6. Zmiana dystansu biegu (pod warunkiem dostępności miejsc) będzie możliwa do dnia 22.07.2024 r. Uczestnik zobowiązany jest dopłacić różnicę w opłacie startowej zgodnie ze stawkami określonymi w niniejszym regulaminie. W przypadku zmiany dystansu biegu na niższy nie ma możliwości zwrotu różnicy w wysokości opłaty startowej.
7. Zmiana dystansu biegu oraz przepisanie pakietu na inną osobę będzie możliwa też w Biurze Zawodów w dniach 2-3.08.2024r. za dodatkową opłatą w kwocie 25 złotych.
8. Termin zaksięgowania opłaty startowej na koncie fundacji decyduje o nadaniu numeru startowego.
9. UWAGA! Organizator zastrzega możliwość zawieszenia zgłoszeń na bieg przed dniem 14 lipca 2024 roku, w sytuacji, gdy wcześniej zostanie wyczerpany limit zapisów (łącznie limit dla całego biegu, czyli trzech dystansów łącznie wynosi 450 osób + 50 z listy organizatora).
10. W przypadku, gdy limit miejsc nie zostanie wyczerpany do dnia 14 lipca 2024 roku możliwe będzie zapisanie się na bieg w dniach 2-3 sierpnia 2024 roku w Biurze Zawodów w godzinach:
  - a) 2 sierpnia 2024 roku – od 16.00 do 22.00
  - b) 3 sierpnia 2024 roku – od 5:30 do 10:30(po spełnieniu wymogów uczestnictwa jw.)
10. Imię i nazwisko uczestnika, który dokonał pełnej rejestracji i uiszczył opłatę startową do biegu, znajdzie się na stronie biegu.

## **VIII. OPLATA STARTOWA**

Wysokość opłaty startowej biegu na dystansie 7km:

- do dnia 12 maja 2024 roku wynosi 50,00 zł
- od dnia 13 maja do dnia 14 lipca 2024 roku wynosi 70,00 zł

– w dniach 2-3 sierpnia 2024 r. opłata wynosi 80 zł i jest płatna gotówką w Biurze Zawodów.

Wysokość opłaty startowej biegu na dystansie 20km:

- do dnia 12 maja 2024 roku wynosi 100,00 zł
- od dnia 13 maja do dnia 14 lipca 2024 roku wynosi 130,00 zł
- w dniach 2-3 sierpnia 2024 r. opłata wynosi 150 zł i jest płatna gotówką w Biurze Zawodów.

Wysokość opłaty startowej biegu na dystansie 60 km:

- do dnia 12 maja 2024 roku wynosi 160,00 zł
- od dnia 13 maja do dnia 16 lipca 2024 roku wynosi 200,00 zł
- w dniach 2-3 sierpnia 2024 r. opłata wynosi 220 zł i jest płatna gotówką w Biurze Zawodów.

Wniesiona opłata startowa nie podlega zwrotowi!

Istnieje możliwość wpłaty 20 zł lub więcej razem z opłatą startową, które organizator przekaże na leczenie Filipka Szajby chorego na zespół Aperta. Osoby, które w ten sposób zdecydują się na wsparcie akcji otrzymają dodatkowo w pakiecie startowym buffa Bieg Szlak Trafi.

Do dnia 14.07.2024 roku istnieje również możliwość dodatkowego zakupu pamiątkowej koszulki w cenie 30 zł. W przypadku braku zamówienia koszulki przy zakupie online, będzie możliwość zakupu w biurze zawodów.

**UWAGA!** Decyduje data zaksięgowania na koncie Fundacji!

Sposób Płatności: przelewem na konto Fundacji Ruszaj Na Szlak, możliwa płatność online:

Numer konta: 74195000012006076567250004

Nazwa: Fundacja Ruszaj Na Szlak

Adres: Bronowice 5C, 24-100 Puławy

Tytuł wpłaty: imię nazwisko, rok urodzenia

Każdy zweryfikowany w Biurze Zawodów uczestnik biegu otrzyma pakiet startowy zawierający minimum: numer startowy, czujnik pomiaru czasu, oraz pamiątkową torbę. Pakiety dla osób zapisanych w dniach 2-3.08.2024 zawierają jedynie numer startowy i czujnik pomiaru czasu.

## **IX. BIURO ZAWODÓW**

Biuro Zawodów zlokalizowane na terenie Karczmy Parchatka (adres biura: Parchatka 187, 24-120 Kazimierz Dolny) będzie otwarte w dniach:

- 02 sierpnia 2024 roku (piątek) od godziny 16:00 do 22:00
- 03 sierpnia 2024 roku (sobota) od godziny 5:30 do 10:30.

Jest możliwość złożenia rzeczy w depozycie przy biurze zawodów w dniu 2 sierpnia 2024 roku (piątek) od godziny 16:00 do 22:00 oraz 3 sierpnia 2024 roku (sobota) od godziny 5:00 do 10:30.

Istnieje możliwość odbioru pakietu w imieniu innego zawodnika po uprzednim wypełnieniu odpowiedniego formularza dostępnego w panelu zapisów do biegu.

Istnieje możliwość samodzielnego wydruku dokumentów do biura zawodów. Link do dokumentów będzie umieszczony na stronie zapisów.

## **X. NAGRODY**

Nagrody zostaną przyznane za 3 najlepsze miejsca wśród kobiet i mężczyzn na obydwu dystansach. Rodzaj nagród zależy od hojności sponsorów, mogą być również przyznane nagrody dodatkowe.

Nagrody będą przyznane jedynie zawodnikom, którzy po pokonaniu trasy stawiają się na dekorację zwycięzców.

Wszystkim uczestnikom biegu, którzy ukończą bieg zapewniamy pamiątkowe medale, a wszystkim biorącym udział w biegu (bez żadnych wyjątków) wspaniałe widoki Kazimierskiego Parku Krajobrazowego.

## **XI. KLASYFIKACJA DRUŻYNOWA**

Nagroda zostanie przyznana również najlepszej drużynie. Aby zgłosić chęć udziału w klasyfikacji drużynowej należy w formularzu zapisów oznaczyć odpowiednią kategorię i podać nazwę drużyny. Drużyna musi składać się z minimum jednego zawodnika na każdym dystansie. Maksymalna liczba osób zgłoszonych do drużyny ograniczona jest jedynie całkowitym limitem.

Klasyfikacja sporządzona zostanie poprzez zsumowanie czasów netto najlepszych zawodników na każdym z dystansów. Zwycięży drużyna o najmniejszym sumarycznym uzyskanym czasie.

## **XII. BEZPIECZEŃSTWO**

1. Uczestnicy biegu biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić odszkodowania ani żadnych innych roszczeń od Organizatora.

2. Nad bezpieczeństwem biegu czuwać będzie karetka pogotowia oraz ochotnicy z przeszkoleniem ratowniczym.

3. Na trasie biegu dostępna będzie bezpłatna pomoc medyczna, udzielana przez firmę medyczną, z którą Organizator posiada umowę na obsługę medyczną imprezy. **Numer alarmowy 887102112** jest telefonem do Centrum Operacyjnego gdzie przyjmowane są wezwania medyczne do osób potrzebujących pomocy na biegu. Rekomenduje się korzystanie z w/w alarmowego numeru telefonu dla dobra Uczestnika.

4. W sytuacji wypadku każdy z uczestników biegu jest zobowiązany do wezwania pomocy korzystając z numeru alarmowego 112 lub numer organizatora podany na numerach startowych, udzielenia pomocy doraźnej poszkodowanemu biegaczowi oraz powiadomienia organizatora.

5. W sytuacji, w której ratownik medyczny uzna, iż dalsze kontynuowanie biegu może poważnie zagrozić życiu bądź zdrowiu zawodnika, może zdecydować o wykluczeniu go z dalszej rywalizacji.

6. Osoby uczulone na jad owadów powinny posiadać ampułkostrzykawkę z dawką leku zgodną z zaleceniami prowadzącego lekarza.

7. Każdy biegacz, który wycofa się z biegu w dowolnym punkcie trasy (pomiędzy linią startu, a metą) zobowiązany jest telefonicznie powiadomić o tym organizatora biegu.

8. Uczestnik biegu jest zobowiązany do posiadania naładowanego telefonu, folii NRC (koca termicznego), minimum 0,5L napoju, własnego kubeczka bądź bidonu. **Na punktach nie**

### **będzie kubeczków.**

9. Uczestnikom biegu zaleca się posiadanie przy sobie zegarka lub telefonu z nadajnikiem GPS z wgraną trasą biegu. Trasę udostępni organizator. Pozwoli to w razie konieczności na szybkie określenie położenia zawodnika na trasie biegu.

10. Uczestnicy biegu zobowiązani są stosować się do zasad ruchu drogowego i traktowani są jak wszyscy inni uczestnicy ruchu drogowego. W szczególności tam gdzie jest to możliwe korzystać powinni z chodników, gdzie chodnik nie jest dostępny powinni poruszać się poboczem lewą stroną jezdni. Drogi przekraczać należy w wyznaczonych do tego miejscach, przejścia dla pieszych.

11. Użytkowane drogi NIE BĘDĄ ZAMKNIĘTE DLA RUCHU SAMOCHODOWEGO. I biegacze nie będą zajmowali pasa drogowego.

12. Nad bezpieczeństwem uczestników czuwać będą wolontariusze oraz policja. Biegacze zobowiązani są słuchać wytycznych osób pilnujących trasy związanych z możliwością przekroczenia pasa jezdni i strony poruszania się.

13. W przypadku, gdy będzie to konieczne biegacze zobowiązani są do przepuszczenia pojazdów uprzywilejowanych.

### **XIII. POSTANOWIENIA OGÓLNE**

1. Na trasie biegu 7km znajduje się punkt z wodą.

2. Na trasie biegu 20km znajdują się 3 punkty z wodą.

3. Na trasie biegu 60 km znajdują się 4 punkty z wodą.

4. Nieprzestrzeganie niniejszego regulaminu grozi dyskwalifikacją uczestnika.

5. Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy jedynie do Organizatora.

6. Uczestnicy Biegu wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z Biegu zamieszczonych na stronie Biegu, w mediach oraz materiałach promocyjnych Biegu.

7. Wszyscy uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów.

8. Zawodnik, który nie ukończył pełnego zadeklarowanego dystansu, nie zostanie sklasyfikowany.

9. Organizator nie odpowiada za zaginione rzeczy osobiste i sprzęt sportowy podczas trwania zawodów.

10. Organizator zastrzega sobie możliwość zmian regulaminu. Informacje o ewentualnych zmianach w regulaminie pojawiają się na stronie zawodów: [www.biegszlaktrafi.pl](http://www.biegszlaktrafi.pl).

### **XIV. KONTAKT**

[www.biegszlaktrafi.pl](http://www.biegszlaktrafi.pl)

[facebook.com/BiegSzlakTrafi](https://facebook.com/BiegSzlakTrafi)

[kontakt@biegszlaktrafi.pl](mailto:kontakt@biegszlaktrafi.pl)