

REGULAMIN – WARNELAND 2019

1 ORGANIZATOR

MRE Krzysztof Mańkowski

ul. Galczyńskiego 1/12

10-089 Olsztyn

NIP 739-342-51-18

2 CEL

- Promocja Województwa Warmińsko-Mazurskiego, ze szczególnym uwzględnieniem regionu Warmii oraz miasta Olsztyn, w Polsce i na świecie
- Propagowanie biegania długodystansowego, na dystansie dłuższym niż maraton (42,194 km)
 - Promocja zdrowego trybu życia
- Wspieranie działań charytatywnych na rzecz Fundacji „Przyszłość dla dzieci”
- Propagowanie zachowań proekologicznych, wpływających na zachowanie czystości na trasie biegu
- Propagowanie prawidłowych zachowań pieszych, dotyczących zasad ruchu drogowego, wśród uczestników biegu
 - Integracja środowisk biegowych z Polski i świata
 - Promocja tradycyjnej kuchni Warmińskiej
- Integracja lokalnej społeczności poprzez budowanie społeczeństwa obywatelskiego, opartego na wolontariacie
- Propagowanie idei współzawodnictwa sportowego oraz zachowań fair-play

3 TERMIN I DYSTANS

- Bieg „WARNELAND” odbędzie się dnia 10-11.05.2019 r. (Piątek – Sobota) i rozgrywany zostanie na dwóch dystansach:
 - W50+ (ok. 53 km) (Sobota)
 - W100+ (ok. 103 km) (Piątek-Sobota)

4 MIEJSCE

- Biuro zawodów/baza oraz start i meta obydwu biegów mieści się na terenie CRS Ukiel Olsztyn, ul Kapitańska 23. Biuro zawodów/baza: Sala konferencyjna naprzeciwko wypożyczalni sprzętu sportowego. Start i meta: „aleja drzew” mieszcząca się nad sala konferencyjną

5 TRASA, DYSTANSE, LIMITY

Trasa

- Trasa obydwu biegów prowadzi przez drogi i szlaki turystyczne na terenie Warmii
- Początek trasy, jak również pewne jej etapy prowadzą przez tereny zurbanizowane i wkraczają na drogi publiczne, gdzie nie będzie wyłączonego ruchu, dlatego uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania wszystkich przepisów i zasad ruchu drogowego. Nieprzestrzeganie ww. zasad grozi dyskwalifikacją, a co ważniejsze naraża uczestników na utratę zdrowia lub życia.
- Trasa będzie oznakowana taśmami i tabliczkami. W miejscach szczególnie wrażliwych, zastosowane będzie podwójne oznakowanie.
- Miejscach szczególnie niebezpieczne, takie jak przejścia (przecięcia) przez drogi (wojewódzkie), będą zabezpieczone przez służby wyznaczone przez organizatora, bądź Policję, Straż Pożarną czy Straż Miejską lub Gminną

Dystanse i Limity

- **W50+**
 - Dystans ok. 53 km
 - Start biegu: „Aleja drzew” na terenie CRS Ukiel
 - Godzina startu: **6:00** (Sobota)
 - Zamknięcie startu: 6:15
 - Limit czasu: **7 godzin**
 - Meta biegu: „Aleja drzew” na terenie CRS Ukiel
- **W100+**
 - Dystans ok. 103 km
 - Start biegu: „Aleja drzew” na terenie CRS Ukiel

- Godzina startu: 23:59 (Piątek-Sobota)
 - Zamknięcie startu: 00:15
 - Limit czasu: **15 godzin**
- Meta biegu: „Aleja drzew” na terenie CRS Ukiel

6 PROGRAM MINUTOWY

- **W50+**
 - 6:00 Początek /Start biegu
 - 6:15 Zamknięcie startu
 - 9:30 Zamknięcie PK1
 - 13:00 Koniec biegu/Zamknięcie mety dla W50+
 - 15:30 Dekoracje zwycięzców

- **W100+**
 - 23:59 Początek/Start biegu
 - 00:15 Zamknięcie startu
 - 4:30 Zamknięcie PK1
 - 7:30 Zamknięcie PK2
 - 12:00 Zamknięcie PK3
 - 15:00 Koniec biegu/Zamknięcie mety dla W100+
 - 15:30 Dekoracje zwycięzców i podsumowanie wyników

7 PUNKTY KONTROLNO-ŻYWIENIOWE

- Punkty kontrolno-żywnieniowe wyposażone będą w wodę, izotonik i przekąski a wybrane w colę
- Zawodnicy na punktach będą poddawani weryfikacji numerów startowych. Za pominięcie, któregośkolwiek punktu, grozić będzie dyskwalifikacja.
- Wybrane punkty będą posiadać limity czasowe. Za przekroczenie limitu na punkcie, zawodnik zostaje zdyskwalifikowany i zobowiązany jest zakończyć bieg oraz oddać chip i numer startowy. Próbę dalszej kontynuacji biegu, zawodnik podejmuje na własną odpowiedzialność i traci przywilej korzystania z wyposażenia następných

punktów kontrolno-żywnieniowych, jak również, w razie konieczności akcji ratowniczej, może być obciążony jej kosztami.

- Zawodnik pozostający na punkcie powinien przestrzegać zaleceń obsługi tego punktu i postępować zgodnie z nimi.
- Na trasie znajdować się będą sędziowie, sprawdzający numery startowe poza punktami kontrolno-żywnieniowymi.

- **W50+**

- PK1 Wilimowo 25 km (woda, izotonik, przekąski,) Limit 3,5 godz.

- **W100+**

- PK1 Brąswałd 29 km (woda, izotonikprzekąski) Limit 4,5 godz.
- PK2 Różanka-Leśniczówka 50 km (woda, izotonik, przekąski) Limit 7,5 godz.
- PK3 Woryty 80 km (woda, izotonik, przekąski) Limit 12 godz.

8 DEPOZYT

- Dla zawodników chcących pozostawić swoje rzeczy, będzie dostępny depozyt, zlokalizowany w biurze zawodów/bazie. Rzeczy nie będą dostarczane na punkty kontrolno-żywnieniowe.

9 WARUNKI UCZESTNICTWA

- Uczestnikiem biegów W50+ oraz W100+ może zostać każda osoba która do dnia 11.05.2019 roku ukończy 18 lat
- Każdy zawodnik chcący wziąć udział w biegu, powinien dokonać rejestracji w panelu zgłoszeniowym i dokonać opłaty startowej przed zamknięciem terminu zgłoszeń i opłat.
 - Zawodnik zgłaszając się do biegu oświadcza, że startuje w biegu na własną odpowiedzialność, i że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w biegu.
 - Każdy zawodnik, musi zostać osobiście zweryfikowany w Biurze Zawodów.
- Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dokument tożsamości (dowód osobisty, paszport, prawo jazdy) celem weryfikacji poprawności danych.
- W przypadku odbioru pakietu startowego przez osobę trzecią, konieczne jest okazanie ksera dokumentu tożsamości i pisemnego upoważnienia tej osoby.

- Każdy zawodnik zobowiązany jest do posiadania wyposażenia obowiązkowego w trakcie biegu, za którego brak grożą kary czasowe, bądź dyskwalifikacja. Wyposażenie obowiązkowe będzie sprawdzane podczas odbioru pakietu startowego. W razie braku wyposażenia obowiązkowego, pakiet startowy nie zostanie wydany.
- Każdy zawodnik jest zobowiązany, bezwzględnie przestrzegać regulamin biegu.

10 ZASADY UCZESTNICTWA

- Każdy zawodnik zobowiązany jest do przestrzegania zasad fair play
- Na trasie zabrania się korzystania z pomocy z zewnątrz. Wszystko co potrzebne do biegu, zawodnik powinien mieć ze sobą, a braki w postaci picia i jedzenia uzupełniać tylko w wyznaczonych przez organizatora, punktach kontrolno-żywnieniowych.
- Dopuszcza się pomoc supportu – wyłącznie na punktach kontrolno-żywnieniowych.
 - Zabrania się zrywania, przewieszania, bądź ukrywania oznaczeń trasy.
 - Każdy zawodnik zobowiązany jest do przestrzegania przepisów i zasad ruchu drogowego w miejscach gdzie takie obowiązują.
- Każdy zawodnik zobowiązany jest do poruszania się po chodniku dla pieszych, jeżeli taki występuje
- Każdy zawodnik zobowiązany jest do poruszania się lewą stroną drogi, na której jest dopuszczony ruch pojazdów kołowych, a nie znajduje się na niej chodnik dla pieszych.
- Każdy zawodnik zobowiązany jest do stosowania się do znaków ostrzegawczych znajdujących się na przejazdach kolejowych.
 - Zabrania się do wchodzenia na przejazd kolejowy, w przypadku palących się czerwonych świateł ostrzegawczych lub zamkniętych szlabanów.
- Każdy z uczestników zobowiązany jest do bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym, w tym Policji i Straży Miejskiej, a także służb zabezpieczających trasę biegów wyznaczonych przez organizatora.
 - Zabrania się poruszania poza wyznaczoną trasą.
- Bezwzględnie zabrania się pozostawiania na trasie jakichkolwiek odpadów. Powinny one być dostarczone przez zawodnika do najbliższego punktu kontrolno-żywnieniowego.
 - Zabrania się także niszczenia przyrody i straszenia dzikich zwierząt.

11 ZGŁOSZENIA

- Zgłoszenia online można dokonywać od 05.11.2018 r. do 11.04.2019 r. przy pomocy elektronicznego formularza dostępnego na stronie internetowej www.superczas.pl/warneland
- Organizator ustala limit zgłoszeń na 200 osób w biegu W50+ oraz 200 osób w biegu W100+
 - Za osobę zgłoszoną, uznaje się osobę, która poprawnie wypełniła formularz zgłoszeniowy i dokonała opłaty startowej.
 - Przepisanie pakietu na osobę trzecią, możliwe jest do dnia 25.04.2019 r. po wcześniejszym poinformowaniu organizatora i wniesieniu opłaty w wysokości 50 % poniesionej opłaty startowej.

12 OPŁATA STARTOWA

W50+

- 100 zł do 31.03.2019
- 120 zł od 01.04.2019 do 25.04.2019

W50+ Para

- 200 zł do 31.03.2019
- 240 zł od 01.04.2019 do 25.04.2019

- Z każdej wniesionej opłaty 5 zł zostanie przeznaczony na cel charytatywny

W100+

- 120 zł do 31.03.2019
- 140 zł od 01.04.2019 do 25.04.2019

W100+ Para

- 240 zł do 31.03.2019
- 280 zł od 01.04.2019 do 25.04.2019
- Z każdej wniesionej opłaty 10 zł zostanie przeznaczony na cel charytatywny

Oplaty startowej należy dokonać w wyznaczonym terminie i określonej kwocie, na konto bankowe: **MRE Krzysztof Mańkowski, ul. Galczyńskiego 1/12, 10-089 Olsztyn, Nr rachunku: 46 1910 1048 2120 5844 3299 0001** Tytułem: **Imię i Nazwisko, Oplata startowa za bieg W..+** (przykład: Adam Kowalski, Oplata startowa za bieg W100+)

- Oplata nie jest ważna jeżeli została dokonana po terminie lub gdy zostanie wniesiona po wyczerpaniu limitu miejsc
 - Oplata startowa nie podlega zwrotowi
- Skrócenie, zmiana przebiegu trasy oraz odwołanie trasy lub zawodów w czasie ich trwania nie stanowi podstawy do zwrotu wpisowego
- W przypadku odwołania zawodów przed ich rozpoczęciem zawodnikom przysługuje zwrot wpisowego
 - **Oplata obejmuje:**
 - Start w zawodach, elektroniczny pomiar czasu oraz obsługę trasy
 - Numery startowy
 - Napoje i wyżywienie na trasie biegu
 - Ciepły posiłek regeneracyjny po zawodach
 - Zabezpieczenie medyczne
 - Statuetki oraz nagrody rzeczowe dla najlepszych
 - Medale dla wszystkich zawodników, którzy ukończą bieg
 - Ubezpieczenie NNW
 - Inne świadczenia w miarę możliwości organizatora

13 KLASYFIKACJE NAGRADZANE

- Na obydwu dystansach będzie prowadzona nagradzana klasyfikacja generalna najlepszych zawodników. Trzech pierwszych mężczyzn i trzy pierwsze kobiety z obydwu dystansów, otrzymają okolicznościowe statuetki oraz nagrody rzeczowe.
- Na obydwu dystansach będzie prowadzona klasyfikacja par. Trzy pierwsze pary na obydwu dystansach, otrzymają okolicznościowe statuetki oraz nagrody rzeczowe. Parę rozumiem się, jako dwie osoby tej samej lub odmiennej płci. Zawodnicy startujący w parze muszą przez cały czas trwania biegu, biec razem nie oddalając się od siebie na więcej jak 100 metrów, oraz razem powinny przekroczyć linię mety. Do klasyfikacji liczy się czas drugiej osoby z pary. W przypadku, gdy jedna osoba z pary nie ukończy zawodów, druga powinna zejść z trasy razem z nią. Jeżeli jednak postanowi biec

sama, na liście wyników będzie miała wpisaną dyskwalifikację. Parę zgłasza kapitan w panelu zgłoszeniowym.

- Na obydwu dystansach będzie prowadzona klasyfikacja drużynowa. Trzy najlepsze drużyny na obydwu dystansach, otrzymają okolicznościowe statuetki. Drużyna powinna się składać z 4 osób(w tym co najmniej jedna kobieta i co najmniej jeden mężczyzna).
- Zgłoszenia drużyn dokonuje kapitan, wysyłając informację o składzie na adres organizatora (biuro@warneland.pl) Drużyny można zgłaszać do dnia 14.04.2019 r.
- Warunkiem otrzymania nagród jest osobisty udział w ceremonii dekoracji – w przypadku braku nagrodzonych zawodników nagrody przepadają i nie będą wręczone

14 WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

- **W50+**
- Plecak
- Pojemnik/pojemniki (bidony lub bukłak) mieszczący min. 1,5 litr płynów
 - Działający telefon komórkowy
 - Folię NRC
- Mapę z trasą biegu (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
- Chip do pomiaru czasu (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
- Numer startowy (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
 - Własny kubek/pojemnik do napojów na punktach odżywczych
- **W100+**
- Plecak
- Pojemnik/pojemniki (bidony lub bukłak) mieszczący min. 1,5 litr płynów
 - Lampka czołówka z białym światłem
- Lampka sygnalizacyjna z czerwonym światłem przypięta z tyłu (plecak, czapka, czołówka)
 - Działający telefon komórkowy

- Folię NRC
- Mapę z trasą biegu (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
- Chip do pomiaru czasu (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
 - Numer startowy (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
 - Własny kubek/pojemnik do napojów na punktach odżywczych
 - Kamizelkę odblaskową (obowiązkowo do świtu)

15 WYPOSAŻENIE ZALECANE

- Środki przeciwbólowe
- Bandaż, plaster, opatrunek jałowy
 - Gaz pieprzowy
- Kurtka przeciwdeszczowa
 - Kije trekkingowe

16 POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Ze względów bezpieczeństwa organizator może zmienić lub skrócić trasę, a w przypadku ekstremalnych warunków atmosferycznych odwołać zawody
- Zawodnicy muszą mieć numer startowy przymocowany z przodu ciała w widocznym miejscu niczym nie przesłonięty.
- Zawodnicy muszą mieć przymocowany do buta chip pomiarowy, który otrzymają od organizatora.
- Zawodnik startując w WARNELAND wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji biegu, oraz przetwarzania danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów
- Zawodnik, który zszedł z trasy, zakończył bieg, bądź nie zmieścił się w wyznaczonym limicie czasu na którymś z punktów kontrolnych, zobowiązany jest poinformować o tym fakcie organizatora, bądź osoby przez niego wskazane
- Organizatorzy WARNELAND zastrzegają sobie możliwości zmian w regulaminie, o których zobowiązani są poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy komunikatem na stronie internetowej zawodów
- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorom biegów WARNELAND.