

REGULAMIN ŁEMKOWYNA ULTRA-TRAIL® 150



1. CHARAKTER ZAWODÓW

Zawody Łemkowna Ultra-Trail® 150 mają charakter biegu górskiego po trasie wyznaczonej szlakiem turystycznym (Główny Szlak Beskidzki). Zawody polegają na przebiegnięciu (przejściu) całej trasy na czas.

2. ORGANIZATOR

Organizatorem Zawodów jest FUNDACJA ULTRA, ul. Parkowa 19/14, 38 - 400 Krosno
KRS: 0000592521, NIP: 6842642133, REGON: 363263072

3. TERMIN, MIEJSCE, PROGRAM

Zawody odbędą się w terminie 12-13 października 2019 roku.

Biuro zawodów, odprawa, start – Krynica – Zdrój.

Meta, zakończenie, dekoracja – Komańcza.

Godzina startu: 12 października, godzina 00:00

Zamknięcie mety: 13 października, godzina 11:00

Szczegółowy harmonogram z godzinami pracy biura, godziną odprawy technicznej zostanie podany w komunikacie technicznym.

TRASA

Zawody odbędą się na trasie wytyczonej w przeważającej części Głównym Szlakiem Beskidzkim od Krynicy Zdroju do Komańczy.

Dystans: ok. 150 km

Przewyższenie: +5860m/-5970m

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany przebiegu lub zmiany powyższych parametrów trasy ze względu na zalecenia instytucji publicznych lub bezpieczeństwo uczestników, a także działania siły wyższej uniemożliwiającej lub w sposób nadmierny utrudniającej odbycie Zawodów na zaplanowanej trasie. Jednocześnie organizator dołoży wszelkich starań, by zmiany te zminimalizować.

PUNKTY KONTROLNE I ODŻYWCZE

Na trasie rozstawionych będzie 7 punktów odżywczych, z których co najmniej 4 będą jednocześnie punktami pomiaru czasu. Na punktach pomiaru czasu odnotowywany będzie czas przybycia zawodników.

Ponadto Organizator zastrzega sobie prawo do organizacji dodatkowych punktów odżywczych i kontrolnych, które mogą przemieszczać się po całej trasie.

Szczegółowa rozpiska punktów odżywczych i kontrolnych zostanie podana w komunikacie technicznym.

LIMITY

Na całej trasie obowiązuje limit 35 godzin.

Limity czasowe obowiązujące na punktach odżywczych zostaną podane w komunikacie technicznym.

Limit zgłoszeń wynosi 500 osób.

Ponadto organizator zastrzega sobie prawo do dodania 10 osób z puli organizatora oraz przeniesienia części miejsc na trasę 100km, w przypadku mniejszego zainteresowania trasą 150km.

UCZESTNICTWO

Aby wziąć udział w Zawodach Łemkowyna Ultra-Trail® 150 należy być w dobrej kondycji fizycznej, bardzo dobrym stanie zdrowia (bez przeciwwskazań do uprawiania górskich biegów na dystansach ultra) oraz posiadać niezbędne doświadczenie w biegach górskich.

Formalnymi warunkami uczestnictwa są:

- 1) zdobycie minimum 6 punktów kwalifikacyjnych ITRA podczas maksymalnie dwóch biegów w latach 2017, 2018 lub 2019 do dnia rejestracji (lista biegów punktowanych przez ITRA: <https://itra.run/page/290/Calendar.html>). Organizator może ponadto dopuścić do startu osoby, które nie zdobędą wymaganych punktów, lecz wykażą się startami i wynikami świadczącymi o posiadaniu wystarczającego doświadczenia. Każdy wykaz będzie indywidualnie oceniony przez Sędziów, od werdyktu Sędziów nie przysługuje odwołanie.
- 2) zaakceptowanie Regulaminu i rejestracja za pomocą formularza zgłoszeniowego
- 3) wylosowanie uczestnika w przypadku loterii miejsc na danej trasie
- 4) ukończone 18 lat najpóźniej w dniu 12 października 2019 roku
- 5) wniesienie opłaty startowej w ciągu 6 dni od daty rejestracji
- 6) osobiste odebranie pakietu startowego w Biurze Zawodów w wyznaczonych godzinach
- 7) podpisanie oświadczenia o stanie zdrowia i starcie na własną odpowiedzialność
- 8) podpisanie oświadczenia wyrażającego zgodę na przetwarzanie danych osobowych uczestnika
- 9) podpisanie oświadczenia wyrażającego zgodę na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku uczestnika
- 10) akceptacja postanowień Przepisów Antydopingowych Łemkowyna Ultra-Trail®
- 11) stawienie się punktualnie na starcie z pełnym wyposażeniem obowiązkowym
- 12) pozytywne przejście weryfikacji obowiązkowego wyposażenia podczas odbioru pakietu startowego

Procedura rejestracji opisana jest szczegółowo na stronie: <http://www.ultralemkowyna.pl/zgloszenia>

ZASADY RYWALIZACJI

Uczestnicy pokonują całą trasę wyłącznie pieszo.

Uczestnicy poruszają się wyłącznie po wyznaczonej trasie, z numerem startowym przymocowanym w widocznym miejscu, z przodu ciała.

Każdy uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania przepisów ustawy Prawo o ruchu drogowym.

Każdy uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania przepisów Magurskiego Parku Narodowego oraz ogólnych zasad poruszania się na terenie parków narodowych w Polsce, a także przepisów obowiązujących na terenie lasów.

Obowiązuje bezwzględny zakaz śmiecenia, niszczenia roślinności oraz innych działań niosących szkodę przyrodzie.

Obowiązuje całkowity zakaz zającowania, towarzyszenia osób trzecich na trasie. Zorganizowana pomoc dopuszczalna jest wyłącznie w promieniu 100m od oficjalnych punktów odżywczych organizatora.

Niestosowanie się do któregośkolwiek z punktów Regulaminu może grozić dyskwalifikacją uczestnika.

Zawodnicy będą klasyfikowani w kategorii damskiej i męskiej. Najlepsi zawodnicy otrzymają nagrody.

PROGRAM QUARTZ EVENT

Działając na rzecz zdrowia uczestników oraz sportu wolnego od dopingu Organizator ustanawia na Zawodach Program QUARTZ Event. Program jest otwarty dla wszystkich uczestników. Celem tego programu nie jest zastąpienie przepisów antydopingowych, nie leży to również w zakresie jego kompetencji. Chodzi natomiast o wzmocnienie nadzoru medycznego nad przebiegiem zawodów oraz przed ich rozpoczęciem. Program QUARTZ Event działa we współpracy z International Trail Running Association (ITRA), stowarzyszeniem Athletes for Transparency (AFT) oraz Ultra Sports Science Foundation (USS). Działaniami Programu kieruje Komisja Zdrowia złożona wyłącznie z lekarzy medycyny. Komisja Zdrowia może zasięgnąć opinii wybranych przez siebie ekspertów, a także udzielić Organizatorowi wskazówek nt. stanu zdrowia uczestników, włączając w to sugestie wykluczenia uczestnika z Zawodów ze względu na jego stan zdrowia.

Każdy uczestnik Zawodów akceptując Regulamin zgadza się na:

- 1) Ujawnienie Komisji Zdrowia następujących informacji medycznych:
 - a. Historii medycznej oraz historii chorób, zwłaszcza faktów, które mogą zwiększać ryzyko czynnego uprawiania sportu.
 - b. Informacji o przyjmowanych lekach lub o poddaniu się leczeniu w okresie 30 dni przed Zawodami.
 - c. Faktu złożenia wniosku o użycie lub użycia substancji zabronionej lub metody zabronionej objętej wyłączeniem dla celów terapeutycznych (TUE).
- 2) Dostarczenie na żądanie Komisji Zdrowia próbek moczu, krwi, włosów lub śliny poczynając od dnia przypadającego na 30 dni przed Zawodami, aż do 7 dni po Zawodach. W przypadku pobrania próbek Uczestnik zgadza się też na ich laboratoryjną analizę, przy czym koszty pobrania i analizy próbek leżą po stronie Organizatora.
- 3) Rezygnację ze startu, w przypadku przyjęcia w ciągu 7 dni przed Zawodami glikokortykoidów, niezależnie od trybu w jakim substancje te zostały zażyte, a więc i od tego, czy wystąpił przypadek TUE. Fakt przyjęcia glikokortykoidów może zostać stwierdzony w związku z przeprowadzoną analizą, zarówno w przypadku bezpośredniej obecności substancji, jak i stwierdzenia przesadnie niskiego poziomu kortyzolu.
- 4) Odbycie spotkania w miejscu Zawodów lub rozmowy zdalnej (telefonicznej lub videokonferencji) z przedstawicielem Komisji Zdrowia w przypadku, gdy Komisja uzna za wskazane przedyskutowanie zdolności uczestnika do udziału w Zawodach.
- 5) Użycie danych uczestnika w sposób anonimowy w celach naukowych. Każdy uczestnik ma prawo dostępu, sprostowania oraz usunięcia swoich danych. Organem, do którego powinien zwrócić się uczestnik w celu skorzystania z tych praw jest Komisja Zdrowia.

Informacje o stanie zdrowia składa się do Komisji Zdrowia przez sekcję Health Space na stronie internetowej itra.run. Sekcję Health Space każdy uczestnik programu może samodzielnie aktywować, stworzywszy darmowe konto biegacza na stronie itra.run. Do przesłanych treści o charakterze medycznym dostęp mają wyłącznie lekarze Komisji Zdrowia oraz członkowie zaplecza medycznego w razie udzielenia pomocy medycznej w trakcie zawodów.

Każde nieuprawnione naruszenie przepisów Programu QUARTZ Event, niezastosowanie się do nich lub przekazanie nieprawdziwych informacji może skutkować wykluczeniem uczestnika z Zawodów.

BEZPIECZEŃSTWO, WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

Uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność, a w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą rościć żadnych pretensji wobec Organizatorów.

Przystępując do Zawodów każdy Uczestnik deklaruje, iż jego stan zdrowia pozwala na uczestniczenie w tego rodzaju aktywności fizycznej.

Uczestnicy zobowiązują się do zachowania szczególnej ostrożności na terenie biura oraz bazy zawodów, w strefie startu i mety, przy przekraczaniu dróg asfaltowych i torów, podczas poruszania się drogami asfaltowymi oraz do bezwzględnego podporządkowania się oznaczeniom ostrzegawczym Organizatora i poleceniom Policji oraz służby porządkowej Organizatora. Przy poruszaniu się drogami publicznymi zawodnicy zobowiązują się do poruszania się chodnikiem, a w drugiej kolejności lewym poboczem. Jeśli nie ma takiej możliwości należy poruszać się lewą stroną drogi i ustępować pojazdom poruszającym się po drodze.

Ze względów bezpieczeństwa, podczas rywalizacji, każdy z uczestników zobowiązany jest do posiadania wyposażenia obowiązkowego w postaci:

- 1) plecak/nerka
- 2) pojemnik na wodę o pojemności min. 1 litra (bidon/bukłak/butelka itp.)
- 3) kubek na wodę do nabierania napojów na punktach - min. 120ml (bidony i flaski nie będą akceptowane)
- 4) latarka czołowa z naładowanymi bateriami
- 5) zapasowa latarka z naładowanymi bateriami (latarki zintegrowane z telefonem lub innymi urządzeniami nie będą akceptowane)
- 6) folia NRC - minimalny rozmiar 140x200cm
- 7) gwizdek (może być wbudowany w plecak)
- 8) bandaż elastyczny + opatrunek jałowy
- 9) ważny dowód osobisty lub paszport
- 10) gotówka - minimum 50zł
- 11) naładowany telefon komórkowy, z aktywnym roamingiem, koniecznie wpisany numer alarmowy do Organizatora oraz numer GOPR
- 12) mapa trasy (papierowa, dostarczona przez organizatora)
- 13) numer startowy - w widocznym miejscu - na całej trasie
- 14) rękawiczki - pełne
- 15) czapka/buff
- 16) długie spodnie lub legginsy (akceptowane 3/4 wraz z długimi skarpetami - ważne, aby cała noga była przykryta)
- 17) bluza z długim rękawem – minimalna gramatura 180g
- 18) kurtka przeciwdeszczowa z kapturem
- 19) buty odpowiednie do biegów górskich
- 20) tylna lampka świecąca światłem czerwonym (lampki w telefonach nie będą akceptowane)

Wyposażenie obowiązkowe należy mieć ze sobą podczas odbioru pakietu startowego. Brak któregoś z elementów wyposażenia obowiązkowego podczas Zawodów będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodnika (nie dotyczy gotówki, która może zostać wydana na trasie oraz materiałów medycznych, które mogą zostać użyte w uzasadnionych okolicznościach). Od zmroku do świtu, oświetlenie w kolorze czerwonym musi być włączone i umieszczone w widocznym miejscu z tyłu ciała lub na plecaku.

REZYGNACJA, KONTUZJE

W przypadku ewentualnej chęci rezygnacji na trasie Zawodów, uczestnik powinien, w miarę możliwości, zrobić to w jednym z Punktów Kontrolnych, informując o tym fakcie obsługę Punktu. W przypadku braku takiej możliwości niezbędne jest telefoniczne poinformowanie Organizatora o rezygnacji pod numerem wskazanym w pakiecie startowym jako telefon alarmowy. Nie licząc sytuacji wymagających interwencji medycznej, Organizator zapewnia transport uczestników wyłącznie z punktów kontrolnych. Z punktu 1 (Ropki) transport do Krynicy Zdroju, z punktu 2 (Wołowiec) transport do Krynicy Zdroju lub Komańczy, pozostałe punkty transport do Komańczy.

Jeśli uczestnik wymaga interwencji służb medycznych lub ratunkowych, powinien w miarę możliwości powiadomić o tym Organizatora na jednym z punktów kontrolnych lub telefonicznie – dzwoniąc pod numer alarmowy.

Każdy uczestnik, widząc innego uczestnika, który potrzebuje pomocy, zobowiązany jest udzielić mu pomocy w możliwym wymiarze oraz powiadomić telefonicznie (numer alarmowy) Organizatora o miejscu zdarzenia, rodzaju kontuzji oraz numerze zawodnika.

W przypadku rezygnacji zawodnik zobowiązany jest do osobistego odbioru pozostawionego depozytu na mecie zawodów. Na mailową prośbę uczestnika istnieje możliwość wysłania nieodebranego depozytu - na koszt odbiorcy.

OPŁATA STARTOWA

Uczestnicy opłacają opłatę startową w wysokości:

Data płatności	ŁUT 150
do 31 stycznia 2019	350 PLN
1 lutego 2019 – 31 maja 2019	380 PLN
1 czerwca 2019 - 5 września 2019	400 PLN

Za datę płatności uznaje się dzień, w którym na rachunku Organizatora zaksięgowana zostanie pełna kwota lub datę i godzinę dokonania płatności online przez system Blue Media S.A.

Dane do przelewu:

Nazwa odbiorcy: Fundacja Ultra, ul. Parkowa 19 /14, 38 - 400 Krosno

Numer konta: 19 1140 2004 0000 3002 7600 4791

Bank: mbank S.A.

W tytule przelewu prosimy wpisać: imię, nazwisko, dystans (ŁUT 150), np. "Jan Kowalski, ŁUT 150"

Nie ma możliwości przekazania pakietu startowego innej osobie. Przepisywanie się pomiędzy trasami będzie możliwe do 5 września (z dłuższej trasy na krótszą bez zwrotu nadpłaty, z krótszej na dłuższą za dopłatą) i tylko w ramach dostępnych miejsc na danej trasie).

Ponadto, w przypadku rezygnacji z udziału w zawodach część wpisowego będzie zwracana przelewem na konto lub poprzez system płatności BlueMedia. Rezygnacje należy zgłaszać mailowo na adres kontakt@ultralemkowyna.pl. W zależności od daty rezygnacji, wpisowe będzie zwracane w następującej wysokości:

Rezygnacja w dniach:	Zwrot wpłaconej kwoty w wysokości:
do 31 stycznia 2019	80%
od 1 lutego 2019 do 31 maja 2019	60%
od 1 czerwca 2019 do 5 września 2019	40%
po 5 września	0%

Na życzenie uczestnika istnieje możliwość wystawienia faktury VAT za opłatę startową. Faktury będą wystawiane WYŁĄCZNIE w miesiącu zaksięgowania wpłaty, a dane odbiorcy na fakturze muszą być tożsame z danymi wpłacającego. Akceptując Regulamin, uczestnik wyraża zgodę na przesyłanie faktur bez podpisu odbiorcy drogą elektroniczną.

W przypadku wątpliwości prosimy o wcześniejszy kontakt przed dokonaniem płatności.

TRANSPORT PRZED I PO BIEGU, DEPOZYTY I PRZEPAKI

Bilety na transport na start oraz po biegu będą dostępne od 10 grudnia 2018 do 5 września 2019 w sklepie online pod adresem sklep.ultralemkowyna.pl. Po tym terminie zakup dodatkowego transportu nie będzie możliwy.

Depozyt na metę (maks. 60 litrów) oraz depozyt na przepak w Chyrowej (80 km trasy, maks. 40 litrów) będzie można nadać w biurze zawodów oraz przed startem.

W Chyrowej oraz Komańczy depozyty będą wydawane w wyznaczonych miejscach wyłącznie za okazaniem numeru startowego. Depozyt nieodebrany podczas Zawodów, na prośbę uczestnika wysłaną na adres kontakt@ultralemkowyna.pl nie później niż do 1 listopada 2019 roku, zostanie wysłany kurierem na wskazany przez uczestnika adres. Wszelkie koszty transportu pokrywa uczestnik. Wysyłka depozytów nastąpi najpóźniej w dn. 8 listopada 2019. Po tej dacie nieodebrane depozyty zostaną przeznaczone na cele dobroczynne lub zutylizowane.

Szczegółowe godziny i strefy pozostawiania depozytów zawarte zostaną w komunikacie technicznym.

BIURO ZAWODÓW, ZAKWATEROWANIE

Dokładny adres lokalizacji bazy i biura Zawodów zostanie podana do wiadomości minimum miesiąc przed Zawodami.

Organizator zapewnia nieodpłatne noclegi w noc z soboty na niedzielę (12/13 października) w Komańczy w warunkach turystycznych (własna karimata i śpiwór).

ŚWIADCZENIA

Organizator w ramach opłaty startowej zapewnia następujące świadczenia:

- bufety na trasie wg rozpiski zamieszczonej w komunikacie technicznym
- posiłek regeneracyjny na mecie
- elektroniczny pomiar czasu
- numer startowy
- pamiątkowy medal oraz niespodzianka dla każdego, kto ukończy Zawody
- nagrody dla najlepszych zawodników
- mapa z zaznaczoną trasą Zawodów
- zabezpieczenie medyczne oraz GOPR na trasie
- 1 nocleg w warunkach turystycznych
- bilet wstępu do Magurskiego Parku Narodowego
- transport depozytu (max 40 litrów) na przepak w Chyrowej
- transport depozytu (max 60 litrów) na metę w Komańczy

OCHRONA WIZERUNKU, DANE OSOBOWE

Warunkiem uczestnictwa w Zawodach jest wyrażenie zgody na nieodpłatne wykorzystanie wizerunku uczestnika w materiałach dot. Zawodów, tj. w szczególności relacjach z Zawodów oraz materiałach promocyjnych Zawodów oraz materiałach Sponsorów i Partnerów Zawodów.

Warunkiem uczestnictwa w Zawodach jest również wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych uczestnika podanych w formularzu zgłoszeniowym, przez administratora danych osobowych w rozumieniu ustawy o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018 r. oraz ogólnego rozporządzenia o ochronie danych nr 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. (RODO), którym jest Fundacja Ultra z siedzibą pod adresem Parkowa 19/14, 38-400 Krosno, w celu i w zakresie niezbędnym do realizacji Zawodów, w tym do publikacji danych uczestnika na listach startowych oraz listach z wynikami oraz przesłania rezultatu uczestnika na wskazany podczas rejestracji nr telefonu.

Uczestnikowi przysługuje prawo żądania dostępu do danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania oraz wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, a także prawo do przeniesienia danych. Podanie danych osobowych i trwająca zgoda na ich przetwarzanie są dobrowolne, jednak konieczne i niezbędne do uczestnictwa w Zawodach.

Dane uczestnika mogą być przekazywane podmiotom współpracującym przy realizacji Zawodów i akcji z nią związanych, na podstawie odpowiednich umów powierzenia, w niezbędnym do tego zakresie. Dotyczy to zwłaszcza podmiotów takich jak: firmy pomiaru czasu, firmy obsługujące płatności elektroniczne, a także Internatiol Trail Running Association, Quartz Programme, stowarzyszenie Athletes for Transparency, Ultra Sports Science Foundation, Ultra-Trail® World Tour, Ultra Cup Poland.

Dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji Zawodów.

Uczestnik ma prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych gdy uzna, że przetwarzanie danych osobowych dotyczących uczestnika narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych nr 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. lub przepisy ustawy o ochronie danych osobowych z dnia 10 maja 2018 r.

Administrator może przetwarzać dane osobowe w związku z organizacją Zawodów Łemkowyna Ultra-Trail® także we współpracy z innymi osobami, np. wolontariuszami, które to osoby realizują czynności związane z organizacją i przebiegiem Zawodów.

EWENTUALNE ZMIANY REGULAMINU

Regulamin został zapisany w wersji polskiej i angielskiej. W przypadku uznania przepisów obu wersji za sprzeczne względem siebie, w mocy pozostają przepisy wersji polskiej.

Zmiany Regulaminu będą publikowane na stronie Zawodów – www.ultralemkowyna.pl

Uczestnicy są zobowiązani do zapoznawania się ze zmianami.