

## Regulamin Zawodów

Uphill na nartorolkach Duszniki-Zdrój - Zieleniec  
Mini maraton na nartorolkach Niemojów - Spalona  
Duszniki Zdrój - Zieleniec 12-13.08.2017

**Organizator:** Miejski Ośrodek Kultury i Sportu w Dusznikach Zdroju

### Miejsce i czas:

- 12.08.2017 - start 11:00 godz. z Duszniki Zdrój ; ul. Wojska Polskiego z metą na głównym parkingu w Zieleńcu (sobota)
- 13.08.2017 – start 11:00 godz. z Niemojowa koło Zajazdu „Gościniec” z metą na wysokości schroniska Jagodna (niedziela)

### Najważniejsze info dot. rozegrania zawodów :

- Ustala się limit startujących UPHILL na max 120 osób Start masowy Dystans ok 12 km ; przewyższenie ok. 400 m. Limit startujących na MINI MARTON ustala się na 120 osób. Dystans ok 21 km. Start masowy. Zawody rozegrane będą w kat. open kobiet i mężczyzn i z podziałem na kategorie wiekowe :

M1 – K1	do 30 roku życia ur. do 1987
M2 – K2	do 40 roku życia ur. 1986-1977
M3 – K3	do 50 roku życia ur. 1976-1967
M4 – K4	powyżej 50 roku życia – ur. 1966 i starsi

Klasyfikacja w kategoriach wiekowych prowadzona będzie pod warunkiem startu w danej kat. wiekowej min. 5 zawodników. W kategorii nartorolki terenowe typu Skike prowadzona będzie jedynie klasyfikacja open bez podziału na kategorie wiekowe.

**UPHILL** - Zawody rozegrane będą stylem dowolnym , klasycznym oraz na nartorolkach terenowych typu SKIKE. Organizatorzy nie przewidują ograniczeń dot. rodzaju kótek do nartorolek.

**MINI MARATON** - Zawody rozegrane będą stylem dowolnym , klasycznym oraz na nartorolkach terenowych typu SKIKE. Uczestnicy posługujący się nartorolkami o rozstawie kół nie mniejszym niż 530 mm wyposażonymi w biegowe wiązania narciarskie i czarne - gumowe kółka:

- dla rywalizacji techniką klasyczną - o średnicy do 80 mm,
- dla rywalizacji techniką dowolną - o średnicy do 100 mm.

Uczestnicy obydwu konkurencji zobowiązani są do startu w kasku i okularach.

- Zawodnicy posiadający licencje PZN i PZBth klasyfikowani będą poza klasyfikacją ogólną.

- **W dniu 12.08.2017** dla zawodników od godz 10:40 ( 20 min przed startem ) zostanie zamknięta część ul. Wojska Polskiego na przeprowadzenie rozgrzewki. Zawody rozegrane zostaną przy zamkniętym ruchu drogowym na odcinku Duszniki Zdrój - skrzyżowanie Zieleniec-Międzyzylesie, oraz w ruchu drogowym ograniczonym na podbiegu skrzyżowanie Zieleniec -Międzyzylesie - meta ( parking główny)

- Na trasie znajdować się będzie jeden punkt odżywczy usytuowany na ok 7 km trasy.

- **W dniu 13.08.2017** – zawody rozgrywane będą przy ograniczonym ruchu kołowym ze szczególnym zabezpieczeniem w miejscach mniej bezpiecznych. ( skrzyżowania, zjazdy )

- Zabrania się " podciąganie " zawodnika na trasie np. poprzez jazdę na rowerze, bieg itp. na odcinku dłuższym niż 50 m. Na trasie znajdować się będą sędziowie " lotni" kontrolujący przestrzeganie regulaminu.

- Zawody będą rozgrywane bez względu na panujące warunki atmosferyczne.

- O zwycięstwie decyduje najlepszy czas biegu uzyskany na mecie.

- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody wynikłe w stosunku do uczestników zawodów oraz osób trzecich. Nieprzestrzeganie regulaminu oraz niedostosowanie się do uwag i poleceń organizatora zawodów powoduje dyskwalifikację zawodnika
- Wszystkie kwestie sporne dotyczące rozgrywania zawodów oraz rywalizacji rozstrzyga organizator.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmian w niniejszym Regulaminie, które ewentualnie zostaną opublikowanych do końca lipca br.
- Zawodników obowiązuje opłata startowa w wysokości 40 zł za każdy bieg płatna na konto MOKiS Duszniki Zdrój ; Bank Spółdzielczy nr konta 37 9523 0001 2000 1128 2000 0001 z dopiskiem „ UPHILL” lub „MINIMARATON” bądź też opłata startowa w wysokości 80 zł „UPHILL I MINIMARATHON”. W dniu zawodów opłata startowa wynosi 50 zł za każdy bieg. Do listy startujących oraz do limitu wliczamy jedynie tych zawodników, którzy dokonali wpłaty. Stąd prośba o przemyślane zapisy oraz wcześniejsze dokonanie wpłat. Dziękujemy ))
- **Nagrody** : nagrody rzeczowe za zajęcie miejsc 1-3 w kat open oraz dla zawodników za miejsca 1-3 w kategoriach wiekowych. Dla wszystkich startujących odbędzie się losowanie nagród rzeczowych po zakończeniu zawodów.
- Pełny wykaz nagród podany zostanie do końca lipca 2017.
  
- **Transport** – organizatorzy zapewniają w dniu 12.08.2017 ( sobota uphill) transport rzeczy zawodników z rejonu startu na metę oraz transport zawodników z mety w Zieleńcu do Dusznik Zdroju. W dniu 13.08.2017 ( niedziela mini maraton ) organizatorzy zapewniają transport zawodników z Dusznik-Zdr do Niemojowa, a następnie transport ze Spalonej do Dusznik-Zdroju. Wyjazd nastąpi spod MOKiS ( Biuro Zawodów ) ul. Zdrojowej 8 o godz. 9,45. Zjazd ok 15 min po dekoracji.
- Każdy uczestnik odbierający numer startowy podpisuje oświadczenie o stanie zdrowia. Odbiór numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
- Zapraszamy na poczęstunek po zakończeniu zawodów.
  - Wszelkie informacje dostępne na FB „ jamrozowa polana autoryzowany serwis”
- Biuro zawodów i wydawanie numerów czynne w dniu 12.08.2017 od godziny 9,00 w budynku MOKiS ul. Zdrojowa 8 ( ok 250 m od startu ) ; Duszniki Zdrój oraz w dniu 13.08.2017 od godz. 8,00-9,30 ) Wszelkie inne informacje pod nr tel. 515 159 740 oraz e-mail : [sport@duszniki.pl](mailto:sport@duszniki.pl).

ORGANIZATORZY