



Wejherowo, 24.03.2016

ZAPROSZENIE-REGULAMIN

Zespół ultramaraton140.pl zaprasza miłośników aktywności sportowej na:

2 Maraton Nartorolkowy 80km / 2 Ultramaraton Nartorolkowy 160km

I. CELE:

1. propagowanie aktywnego stylu życia
2. popularyzacja sportów pochodnych od biegania na nartach tj.:
 - bieganie na nartorolkach klasycznych
 - bieganie na nartorolkach i rolkach terenowych z kołami pompowanymi
3. kontynuacja tradycji 1 w historii biegu nartorolkowego na dystansie ultramaratońskim
4. propagowanie walorów krajobrazowych Polski, Pomorza, Kaszub i Wejherowa

II. ORGANIZATOR:

Zespół ultramaraton140.pl www.ultramaraton140.pl Osoby

kontaktowe:

Grzegorz Musioł

Klaudia Musioł

Kontakt:

e-mail ultramaraton140km@gmail.com (preferowany) tel.

+48 517 681 324 (pomocniczy)

Informacje o biegu także w artykułach i wątku na forum portalu www.nartorolki.pl

III. SPONSORING ZAWODÓW, NAGRÓD, PATRONAT MEDIALNY:

1. sponsor główny zawodów i nagród:
 - **marka ultramaraton140.pl**
2. sponsorzy:
 - **marka „ROLLSPEED”** – pierwszy polski producent nartorolek
 - **marka "Rollski”** – główny importer marki Skike w Polsce
 - **portal skipol.pl**
 - **sklep bieginarciarskie.com.pl** – sklep prowadzi Racing Program Fischera
 - **sklep nartorolkowy.pl** – największy w Polsce sklep w branży nartorolkowej
 - **marka Lill Sport** – rękawiczki dla biegaczy narciarskich
 - **marka Pracownia Zdrowia** – wrocławskie centrum fizjoterapii, osteopatii, rehabilitacji, medycyny sportowej i masażu
3. patronat medialny:
 - **portal nartorolki.pl**

IV. TRASA I TERMIN:

1. Trasa:

Trasa biegnie częściowo (ok. 500 m) na drodze publicznej o małym natężeniu ruchu oraz w większości na trasie w Puszczy Darżlubskiej (Nadleśnictwo Wejherowo). Jest to asfaltowa szeroka trasa rowerowa. Dwa progi spowalniające na 2 kilometry. Miejscowe pofałdowania i spękania oraz punktowe ubytki asfaltu nie ograniczają nartorolek sportowych. Większość trasy jest wyłączona z ruchu samochodowego z możliwością ruchu pieszych, rowerzystów i pojazdów nadleśnictwa. Brak



znacznych przewyższeń.

<https://www.google.pl/maps/dir/54.6269661,18.2261901/54.6787328,18.3038144/@54.6508007,18.262781,13z/data=!4m2!4m1!3e1>

Dane lokalizacyjne GPS krańców biegu:

1 kilometr 54°39'14.2"N 18°12'38.2"E
10 kilometr 54°40'43.5"N 18°18'13.7"E

2. Termin

Bieg odbędzie się w dn. 10 lipca 2016 r. o godzinie 8.30 (wolny od pracy służb leśnych). Start i meta na oznakowanym 4 kilometrze trasy.

V. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia uczestników online przyjmowane będą od 07.04.2016 do 30.05.2016 r. na stronie www.iZawody.pl Do startu uprawnia wyłącznie prawidłowo wypełniony formularz, wniesienie opłaty i podpisanie niniejszego zaproszenia-regulaminu w Biurze Biegu na 4 kilometrze. Organizator nie wyklucza przyjęć na listę startową po 30.05.2016 r. o ile zawodnicy spełnią warunki regulaminowe i kondycyjne. Organizator zastrzega sobie prawo do podjęcia ostatecznej decyzji o uczestnictwie.
2. Preferowane uczestnictwo osób które do dnia 09.07.2016 r. ukończą 18 lat. Małoletnia młodzież jest zobligowana do zgody na udział w biegu podpisanej przez rodziców lub prawnego opiekuna. Organizator zastrzega sobie prawo do niedopuszczenia do startu osób małoletnich bez podania przyczyn.
3. Pomiar czasu będzie dokonywany przez 3 sędziów z użyciem stoperów.
4. Wyniki open - na platformie iZawody.pl Wyniki w poszczególnych kategoriach – na stronie www.ultramaraton140.pl
5. Planowany limit startujących to 45 osób. W razie większej ilości zgłoszeń organizatorzy rozważą rozszerzenie limitu.

VI. DYSTANSE I KATEGORIE:

1. Maraton nartorolkowy to dystans 80 km; ultramaraton nartorolkowy to dystans 160 km 2.
Bieg zostanie przeprowadzony w 2 kategoriach:
 - kategoria „koła gumowe / PU”
 - kategoria „koła pompowane”
3. Klasyfikacja obejmuje wyłącznie nartorolki sportowe i nartorolki / rolki terenowe (wrotki, łyżworolki itp. wyłączone z klasyfikacji)
4. Obowiązuje rozstaw osi kół min. 530 mm

VII. ORGANIZACJA BIEGU, ZASADY, PRAKTYCZNE PORADY:

1. Parking jest na 2 kilometrze (za leśniczówką). Rekomendujemy 2 km do startu tytułem rozgrzewki.
Spotkanie zawodników w dn. 10.07.2016 r. o godzinie 8.00 na 4 kilometrze trasy.
2. Każdy uczestnik podpisuje regulamin i otrzymuje numer startowy
3. Start o godzinie 8.30
4. Podczas biegu uczestnicy powinni posiadać numery startowe przypięte w widocznym miejscu
5. Uczestnicy startują na własnym sprzęcie, na 1 typie i w 1 kategorii od początku do końca biegu.
6. Brak ograniczeń w średnicy kół. Technika biegu dowolna (FT)
7. Moment ukończenia 2 Maratonu Nartorolkowego 80 km jest równoznaczny z możliwością podjęcia decyzji o uczestnictwie i kontynuacji biegu na dystansie ultramaratońskim 160 km W razie nieukończenia biegu ultramaratońskiego zawodnik zachowuje prawo do klasyfikacji w 2 Maratonie Nartorolkowym 80 km i do nagród przewidzianych w regulaminie.
8. Nagrody i dyplomy nie sumują się. Obowiązuje klasyfikacja z prawem do nagród w 1 biegu i w 1 kategorii.



9. Zawodnicy są obowiązani do przekroczenia oboma nartorolkami linii oznakowanych na krańcach biegu tj. na 1 i 10 kilometrze, gdzie stanowiska będą mieć sędziowie techniczni.
10. Punkt żywnościowo-napojowy dla uczestników (woda, izotonik, suche przekąski, owoce) zostanie zorganizowany na 4 kilometrze. Dodatkowo na 1 i 10 km woda w małych butelkach.
11. Organizator rekomenduje wyposażenie w plecaki napojowe i bidony z opcją uzupełniania płynów bez konieczności zatrzymywania się.
12. Uczestnicy biegu mogą zdeponować na 4 km własne napoje (oznakowane) jak również mogą liczyć na pomoc obsługi punktu w uzupełnianiu zawartości bidonów.
13. Po maratonie organizator przewiduje wydawanie jednorazowego ciepłego posiłku – w pierwszej kolejności dla zawodników – oraz herbaty, kawy i płynów wzmacniających.
14. Wszystkich, którzy dysponują odpowiednimi uchwytami lub pojemnymi autami zachęcamy do zabrania rowerów. Dzięki temu – oprócz przeżywania walorów sportowo-krajoznawczych – uczestnikowi może towarzyszyć osoba towarzysząca jako mobilny serwis techniczny lub punkt żywnościowo-napojowy.
15. Uczestnicy, członkowie rodzin, kibice - proszę nie zapomnieć o zabraniu praktycznej, nieprzemakalnej odzieży. Osoby towarzyszące, pamiętajcie o kanapkach dla siebie i swoich dzieci. Mimo że relatywnie niedaleko Wejherowa, to środek lasu – puszcza – z brakiem zasięgu telefonii włącznie.

VIII. ZASADY FINANSOWANIA

1. ustala się opłatę 60 PLN dla pierwszych 15 zawodników na zasadach:
 - a) wpis na listę startową iZawody.pl potwierdzony równoczesnym przelewem na konto w ING nr 13 1050 1461 1000 0002 0280 5255 Informacje wymagane w formacie nadawcy:
 - imię / nazwisko / miasto
 - opłata za maraton 80km / ultramaraton 160 km (wybrać preferowany dystans)Adres, na który należy niezwłocznie przesłać elektroniczne potwierdzenie przelewu z podanym czasem rzeczywistym: ultramaraton140km@gmail.com Decyduje data/godzina uruchomienia środków.
 - b) od numeru 15 na liście startowej opłata wynosi 100 PLN
 - c) od 01.06.2016 opłata wynosi 120 PLN (zasady zgłoszeń vide pkt V ppkt 1); od 07.06.2016 - 150 PLN; w dniu zawodów - 200 PLN
 - d) z opłat zwolnieni są zawodnicy którzy zajęli pierwsze miejsca w 1 edycji maratonu i ultramaratonu w 2015 r. na obu dystansach
 - d) w uznaniu modelu wychowawczego i osiągnięć w sportach narciarskim i nartorolkowym z opłaty w 2 edycji zwolnieni są zawodnicy-członkowie rodziny Wojtyłów.
 - e) raz wpłacone środki nie podlegają zwrotowi
3. koszty dojazdu, zakwaterowania i wyżywienia (z wyj. pkt VI podpunkt 13) osoby zainteresowane pokrywają we własnym zakresie

IX NAGRODY:

1. **Nagrody główne - nartorolki sportowe w łącznej ilości 7 par** (5 par od Zespołu ultramaraton140.pl i 2 pary od producenta nartorolek firmy Rollspeed) wg zasad:
 - a) **za lokaty nr I** w obu dystansach i w obu kategoriach w klasyfikacji „open” zostaną przyznane 4 pary
 - b) brak wygranej pań w klasyfikacji „open” uprawnia do 2 nagród w postaci nartorolek dla 2 najszybszych pań na obu dystansach (dotyczy kat. koła gumowe / PU)Warunkiem otrzymania tych nagród jest start przynajmniej po 1 uczestniku-zwycięzcy w danym biegu / kategorii.
 - c) Paniom, które ukończą zawody zostaną przyznane 4 pary rękawic Lill Sport (nie dotyczy zwyciężczyń-odbiorczyń nagród głównych - nartorolek)
2. **Nagrody za lokaty nr II i III w klasyfikacji „open” – markowe akcesoria nartorolkowe:**



a) II lokaty zostaną uhonorowane torbami marki Skike i praktycznymi utensyliami ufundowanymi przez sklep nartorolkowy.pl

b) III lokaty zostaną uhonorowane torbami na buty lub pokrowcami marki Fischer od bieginiarskie.com.pl

3. **Nagrody extra – kombinezony startowe w ilości 4 szt.** z firmowym logo od Zespołu ultramaraton140.pl, zostaną przyznane zawodnikom (vouchery) wraz z 5-tą parą nartorolek pod warunkiem:

a) nie dotyczy zwycięzców-odbiorców nagród głównych

b) ukończenia imprezy przez minimum 20 zawodników

Nagrody główne, nagrody za II i III lokaty oraz nagrody extra nie sumują się.

4. **Kolejne nagrody to** czapki i opaski od portalu skipol.pl oraz kolejne 2 szt. pokrowców lub toreb marki Fischer od sklepu bieginiarskie.com.pl.

5. **Dyplomy:** każdy kto ukończy przynajmniej dystans maratoński 80 km otrzyma pamiątkowy dyplom. W przypadku ultramaratonu 160 km przysługuje jeden dyplom potwierdzający ukończenie tegoż.

X. ZASADY BEZPIECZEŃSTWA, ZABEZPIECZENIA I UBEZPIECZENIA IMPREZY:

1. **Bezpieczeństwo:** wymagane bezwzględne stosowanie kasków i okularów ochronnych. Zalecane jest stosowanie ochraniaczy na łokcie, kolana, okularów dostosowanych do zmiennych warunków dnia oraz kamizelek odbaskowych bhp. Zalecamy zaopatrzenie się w indywidualne oświetlenie sygnalizacyjne 2. Każdy uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w imprezie ma charakter sportowy ultrawyczynowy, wiąże się z ponadprzeciętnym wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Dodatkowo, mogą wystąpić inne czynniki ryzyka, niemożliwe do przewidzenia na etapie organizacji. Podpisanie zaproszenia-regulaminu oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując wyłącznie na własną odpowiedzialność. Uczestnik oświadcza, że nie będzie działał na szkodę organizatora. Uczestnik deklaruje, że zwróci wszystkie koszty (w tym koszty honorariów adwokackich i eksperckich) poniesione lub wypłacone przez organizatora na rzecz jakiegokolwiek osoby (w tym uczestnika lub każdego z jego ubezpieczycieli) w związku z jakimkolwiek wypadkiem, stratą, szkodą lub odniesieniem obrażeń (w tym śmiercią), wynikłym z obecności lub udziału uczestnika w biegu. 2. **Ubezpieczenie i zabezpieczenie imprezy:** formuła biegu towarzyskiego nie nakłada na organizatora obowiązku zapewnienia obecności ratownika medycznego. Kierując się jednak ogólnie pojętym bezpieczeństwem uczestników w nieformalnym biegu na dystansie „ultra” zabezpieczamy na okoliczność nieprzewidzianych zdarzeń ratownika na czas trwania biegu. Nie zapewniamy jednak jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w biegu. Uczestnikom doradzamy, jeżeli uznają to za konieczne, by zakupili stosowne ubezpieczenie. 3. Zastrzegamy sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu przez organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, a także transportu uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce. Uczestnik wyraża zgodę na powyższe działania. Uczestnik biegu jest odpowiedzialny za wszelkie koszty medyczne i/lub koszty transportu poniesione przez organizatora, osoby współpracujące, personel paramedyczny obsługujący bieg oraz wynikłe z tego powodu choroby, wypadki i doznane obrażenia ciała, poniesione w związku z obecnością lub udziałem uczestnika w zawodach.

4. Nie zapewniamy nartorolek i sprzętu niezbędnego do wyposażenia zawodników oraz serwisu technicznego dla zawodników 5.umawiamy się na nieużywanie na trasie biegu jakichkolwiek innych pojazdów, poza używanymi przez uczestników nartorolkami i rowerami osób towarzyszących. 7. Nie przewidujemy depozytu i nie odpowiadamy za rzeczy osobiste uczestników. 8. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie i wykorzystanie ich wizerunku w materiałach marketingowych, informacyjnych



i promocyjnych 9. Uczestników obowiązują niniejsze ustalenia 10. Zaproszenie-regulamin, wyniki końcowe oraz inne informacje dotyczące biegu zostaną podane w internecie

Organizator

Zespół ultramaraton140.pl

Czytelny podpis uczestnika, data, miejscowość

Post scriptum od Grzegorza: każdy maraton traktowałem dotąd jako rodzaj wyjątkowego i osobistego święta. Każdy spędzałem w towarzystwie osoby lub osób mi najbliższych, dla których moja radość jest także ich radością. Z czasem zaplanowanym na odpoczynek (przed) oraz regenerację (po) imprezie. Jako że i nasze biegi są wyjątkowe, rekomenduję zaplanowanie wakacyjnego pobytu z osobą towarzyszącą i przybycie w przeddzień imprezy. Czekaj na Was miasto Jakuba Wejhera z piękną historią i uroczym rynkiem (vide Kalwaria Wejherowska), wspaniała architektonicznie Filharmonia Kaszubska, dobrze skomunikowane Trójmiasto lub - dla lubiących plażę - Morze Bałtyckie od strony Dębek (w pierwszej trójce najpiękniejszych polskich plaż).

Przykładowe hotele w pobliżu imprezy:

www.hotelvictoria.pl Bolszewo (spa, basen i bowling)

www.klubolimp.pl Wejherowo (baza fitness, bowling)

www.marmulowski.com (do rynku 2 kroki)

www.czardasz.pl (brak danych)