

Regulamin biegów górskich NORAFTRAIL

1. Informacje podstawowe

a) **Bieg NORAFTRAIL 26km**- bieg górski rozgrywany na trasie 26 km. Trasa w większości prowadzi drogami leśnymi (głównie są to drogi szutrowe), ok 2 km to droga asfaltowa (możliwe zastąpienie ścieżkami leśnymi – dopracujemy).

Trasa idealna dla biegaczy, którzy zaczynają swoją przygodę z biegami górskimi.

Dość łagodna, bez ciężkich technicznych podbiegów i zbiegów – przepiękna widokowo.

b) **Trasa Ultra NORAFTRAIL ok 64km**- trasa prowadzi w większości ścieżkami leśnymi – szlakami, oraz w niektórych momentach schodzi ze szlaku i prowadzi ścieżkami i drogami nieoznakowanymi, fragment trasy – ok 4 km – między szlakami trasa PROWADZI drogą asfaltową.

2. Cel imprezy: popularyzacja biegów górskich w Beskidzie Wyspowym.

3. Termin i miejsce

Biegi odbędą się w sobotę 27.09.2014

Start i meta zawodów znajdować się będzie w Zalesiu (powiat limanowski), przy stadionie piłkarskim.

4. Program

Piątek 26.09.2014

Odbiór pakietów startowych – od godz 16:00 do 20:00.

20.05 – krótka odprawa dla zawodników

Sobota 27.09.2014

7.00 8:20 – odbiór pakietów w biurze zawodów

Godz 9:00 – wspólny start biegów

Godz 15:00 limit czasu biegu 26km oraz uroczyste zakończenie i dekoracja biegu 26km

Godz 21:00 – limit czasu dla biegu ULTRA (12 godzin)

Godz 19:30 –Oficjalne zakończenie biegów, rozdanie nagród dla najlepszych, oraz losowanie nagród.

5. Trasa

Z wyjątkiem krótkich fragmentów biegu większość trasy została poprowadzona szlakami turystycznymi. Uczestnicy mają obowiązek poruszać się w trakcie biegu wyłącznie po trasie wskazanej przez organizatora. Trasa oprócz oznaczenia szlakowego zostanie w miejscach budzących wątpliwość i w miejscach gdzie schodzi ze szlaku (trasa ULTRA) dodatkowo oznaczona przez organizatora. Szczegóły znakowania trasy podane będą w komunikacie technicznym na odprawie zawodników i tuż przed startem.

Szczegółowa mapa i plan trasy zostaną umieszczone– w zakładce [TRASY](#).

Na trasie biegu będą znajdowały się punkty kontrolne. Aby zostać sklasyfikowanym uczestnik będzie musiał zostać odnotowany na wszystkich (przynależnych do danego dystansu) punktach kontrolnych. Na punktach kontrolnych będą specjalnie oznakowani sędziowie.

Trasa będzie w kilku miejscach prowadziła drogą asfaltową. Uczestnicy zawodów po drogach publicznych muszą poruszać się zgodnie z zasadami kodeksu ruchu drogowego.

6. Punkty żywieniowe i odżywianie na trasie

Na trasie będą znajdowały się punkty odżywcze:

Informacja o ilości i miejscu punktów będzie podana na stronie internetowej, w biurze zawodów oraz w komunikacie na odprawie i tuż przed startem.

Na punktach żywieniowych będzie woda oraz napoje izotoniczne, banany, ciastka, orzechy. Na mecie każdy z uczestników otrzyma bułkę/drożdżówkę oraz ciepły posiłek.

7. Limity czasowe

Trasa 26 km – limit czasowy na pokonanie całej trasy – 6 godzin.

Trasa Ultra – 12 godzin. Limit na punkcie kontrolnym – punkt odżywczy (droga asfaltowa przed Mogielicą) – po zbiegu z Łopienia – 5 godzin – (godz.14:00) – po tym czasie osoby docierające do punktu kontrolnego będą ściągane z trasy.

8. Uczestnictwo: Aby wziąć udział w biegu należy:

- być osobą pełnoletnią ,
- zarejestrować swój udział poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie www.noraftrail.pl,
- wnieść opłatę startową według obowiązującego cennika
- własnoręcznie podpisać oświadczenie o braku zdrowotnych przeciwwskazań do startu i o starcie na własną odpowiedzialność.

9. Wyposażenie: Dla trasy 26KM:

- Numer startowy umieszczony z przodu
- Naładowany telefon komórkowy

Dla trasy 64 KM

- Numer startowy umieszczony z przodu
- Naładowany telefon komórkowy
- bukłak/bidon z wodą (co najmniej 0,5 l przy starcie)
- folia NRC

Wyposażenie dodatkowe obowiązkowe, jeśli takie się pojawi, będzie podane na stronie internetowej organizatora na 7 dni przed startem, w biurze zawodów (wyposażenie będzie zależne od warunków pogodowych) i może to być:

- wiatrówka/ cienka kurtka
- czapka/ bandana
- rękawiczki
- długie getry/spodnie

10. Zasady obowiązujące na trasie

W trakcie całych zawodów należy poruszać się wyłącznie po trasie wskazanej przez organizatora. Pomoc osób trzecich jest dopuszczona w strefach punktów żywieniowych.

Jakakolwiek pomoc na trasie poza wyznaczonymi strefami jest niedozwolona. Zakazane są wszystkie czynności mogące naruszyć piękno naturalnych obszarów, przez które prowadzi trasa biegu, zwłaszcza: porzucanie śmieci (wszystkie śmieci należy zostawiać na punktach kontrolnych, schroniskach lub donieść do mety), niszczenie roślinności, zakłócenie ciszy w okolicach rezerwatów, palenie ognisk itp.

11. Pogoda

Impreza odbędzie się bez względu na pogodę. Nad bezpieczeństwem zawodników będą czuwać specjalne służby ratownicze i strażackie.

12. Rezygnacje

Jeśli zawodnik wycofa się w trakcie rywalizacji musi niezwłocznie poinformować o tym organizatorów. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej. Organizator w miarę możliwości logistycznych będzie zapewniał transport do bazy zawodnikom rezygnującym w strefach punktów odżywczych.

13. Rezygnacja ze startu

Jeśli zawodnik rezygnuje ze startu, to do dnia – 31.08.2014 – otrzymuje zwrot 50% opłaty startowej, po tej dacie nie ma możliwości zwrotu opłaty.

14. Rywalizacja i nagrody

Bieg ma charakter rywalizacji sportowej. Najszybsze panie i najszybsi panowie na każdej z tras zostaną nagrodzeni. Nagrody będą przyznane jedynie tym zawodnikom, którzy po pokonaniu trasy stawią się na dekorację zwycięzców. W przypadku ich nieobecności nagrody zostaną przekazane zawodnikom z kolejnych, dalszych miejsc. O nagrodach rzeczowych za poszczególne miejsca będziemy informować, a zależą od pozyskanych sponsorów.

15. Wpisowe

Trasa NORAFTRAIL 26 km

do 31.07.2014 – 60 zł
do 10.09.2014 – 80 zł
do 26.09.2014 – 100zł

Trasa UltraNORAFTRAIL ok64km

do 31.07.2014 – 90 zł
do 10.09.2014 – 110zł
do 26.09.2014 – 130zł

16. Zakwaterowanie

Informacja o możliwości bezpłatnego zakwaterowania pojawi się do połowy lipca w zakładce – Zakwaterowanie.

17. Świadczenia

Uczestnikom zawodów zapewniamy:

- numer startowy
- profesjonalny pomiar czasu
- pamiątkowy gadżet z biegu
- pamiątkowe medale dla osób, które ukończą biegaczy
- nagrody rzeczowe do losowania wśród uczestników w zależności od sponsorów
- puchary dla 3 najlepszych Panów i 3 najlepszych Pań
- nagrody rzeczowe dla najlepszych w zależności od hojności sponsorów
- foto z trasy
- zabezpieczenie trasy
- ciepły posiłek regeneracyjny na mecie
- woda oraz napoje energetyczne na punktach odżywczych,
- przekąski: banany, pomarańcze, orzechy, ciastka – na punktach odżywczych

Komunikat techniczny

Przed zawodami zostanie wydany komunikat techniczny, w którym zostaną podane uszczegóławiające informacje o biegu.

18. Ochrona wizerunku i dane osobowe: Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z biegu zamieszczonych na stronie biegu, w mediach oraz materiałach promocyjnych biegu.

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

19. Organizator:

Sklep NORAFSPORT
Agnieszka Faron NORAF
30334 Kraków
Ul. Komandosów 12/13
tel 666 087 166
mail: sklep@norafsport.pl

Współorganizator:

Sklep SKARPETER
Dawid Faron NORAF
33388 Gołkowice Dolne 116b/2
tel: 790 743 842
Mail sklep@skarpeter.pl

20. Postanowienia końcowe

Nieprzestrzeganie niniejszego regulaminu grozi dyskwalifikacją uczestnika. Informacje o ewentualnych zmianach w regulaminie pojawią się na stronie zawodów: www.noraftrail.com.

Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatorów.