

Regulamin

CROSS URAZ DUATHLON (CUD)

31 marca 2019 (niedziela)

CUD MAX 10-40-5, CUD MINI 5-20-5, CROSS bike 60.

CEL ZAWODÓW

- . Propagowanie aktywności sportowej, w szczególności biegania i jazdy na rowerze.
- . Promocja Portu Uraz

ORGANIZATOR

- . Platforma Sportów Wytrzymałościowych
- . Fundacja Pro Sport Pro Life

TERMIN – MIEJSCE – DYSTANS

- . Zawody odbędą się w **31 marca 2019 r.**
- . **Miejsce zawodów:** Miasteczko Portowe, ul. Portowa 1, 55-120 Uraz (ok. 20 km od Wrocławia)
- . **Start:** godzina 10:00 (CROSS bike), 10:10 (CUD MAX), 10:20 (CUD MINI),
- . **Biuro zawodów: Port Uraz, miejsce startu/mety,** 31 marca (niedziela) w godzinach 8:00 – 9:45.
- . W biurze zawodów będą wydawane pakiety startowe, które zawodnicy muszą odebrać osobiście przed startem.
- . Dystanse:
 - CUD MINI:** 5 km biegu – 1 pętla, 20 km roweru, 5 km biegu,
 - CUD MAX:** 10 km biegu – 2 pętle, 40 km roweru, 5 km biegu,
 - CROSS BIKE:** 60 km roweru.
- 7. Nawierzchnia tras: drogi polne, leśne, asfalt oraz kostka
- 8. Limity czasowe:
 - . CUD MAX (10-40-5) – 4 h
 - . CUD MINI (5-20-5) – 3 h 30 min,
 - . CROSS bike – (60km) – 3 h 30 min

HARMONOGRAM ZAWODÓW 31 marca – niedziela

- . 8:00 – 9:40 – wstawianie rowerów i sprzętu do strefy zmian,
- . 8:00 – 9:45 – zapisy i odbiór pakietów startowych w miejscu startu/mety (PORT URAZ),
- . 9:45 – zamknięcie strefy zmian, brak możliwości wstawienia roweru,
- . 9:50 – oficjalne rozpoczęcie zawodów i krótka odprawa techniczna,
- . 10:00 – start CROSS bike
- . 10:10 – start CUD MAX
- . 10:20 – start CUD MINI
- . 14:00 – dekoracje i wręczenie nagród zawodnikom
- . 13:30 – 15:00 – wydawanie rowerów ze strefy zmian

WARUNKI UCZESTNICTWA

- . Prawo startu w zawodach CUD MINI i CROSS BIKE posiadają osoby, które w dniu 31.03.2019 r. będą miały ukończone 13 lat, oraz 18 lat do zawodów CUD MAX, oraz stan zdrowia będzie pozwalał na udział w zawodach. Wszyscy zawodnicy, którzy w dniu zawodów nie będą mieć ukończonych 18 lat zobowiązani są do dostarczenia przy odbiorze pakietu zgody rodzica lub opiekuna na start w zawodach. Zgoda rodzica/opiekuna do pobrania [TUTAJ](#).
- . Podczas zawodów, jesteśmy sportowcami, jesteśmy fair; przestrzegamy Regulaminu Zawodów, asekurujemy się i dbamy o własne oraz innych zawodników bezpieczeństwo!

- . **Każdy uczestnik zawodów** jest zobowiązany do własnoręcznego podpisania oświadczenia o starcie z własnej woli i na własne ryzyko. W przypadku odbioru pakietu za kogoś – należy przynieść podpisane „PEŁNOMOCNICTWO do odbioru pakietu oraz oświadczeń w imieniu właściciela pakietu”, takie pełnomocnictwo można pobrać <TUTAJ>.
- . Każdy uczestnik zawodów, w biurze zawodów otrzymuje opaskę na rękę, co umożliwi mu to wejście/wyjście ze strefy zmian, skorzystanie z bufetów oraz dostęp do miejsc przeznaczonych tylko dla zawodników.
- . Każdy uczestnik musi wypełnić zgłoszenie, umieszczone na stronie zawodów oraz opłacić startowe.
- . Każdy, stając na linii startów w zawodach, tym samym akceptuje regulamin oraz oświadcza, że jego stan zdrowia zezwala na udział w tych zawodach.

ZGŁOSZENIA

- . Zgłoszenia przyjmujemy:
- . przez formularz internetowy znajdujący się na stronie: cudnadodra.pl,
- . bezpośrednio w biurze zawodów w dniu zawodów.
- . Limity uczestników: CUD MAX – 200 zawodników, CUD MINI – 200 zawodników, CROSS bike – 200 osób.
- . Udział w zawodach będą mogły wziąć osoby, które jako pierwsze opłacą startowe. NIE decyduje data zapisania się.
- . Organizator zastrzega sobie prawo do usunięcia zawodnika z listy startowej po 7 dniach od zapisania się o ile nie opłacił startowego.
- . W ramach pakietu startowego zawodnik otrzymuje:
numer startowy, opaskę na rękę, zamiast pamiątkowej koszulki – gadżety od sponsorów w postaci: pamiątkowego bidonu, żelu energetycznego, tabletek musujących Magnez + B6), prospekty i upominki od sponsorów. Na trasie będą punkty żywieniowe, na których będą znajdować się owoce i woda. Na mecie każdy otrzyma posiłek regeneracyjny oraz pamiątkowy medal.

KLASYFIKACJE

Cud MINI

- . OPEN Kobiet
- . OPEN Mężczyzn
- . Kategorie wiekowe K/M: JUNIOR (do 19 lat), K/M 20 (20- 29 lat), K/M 30 (30- 39 lat), K40+ , M40, M50+

Cud MAX

- . OPEN Kobiet
- . OPEN Mężczyzn

CROSS BIKE

- . OPEN Kobiet
- . OPEN Mężczyzn

Pierwsze **3 osoby** w kategoriach OPEN, **nie biorą udziału w klasyfikacji wiekowej.**

NAGRODY

CUD MINI

- . I miejsce OPEN K i M – puchar + 200 złotych,
 - . II miejsce OPEN K i M – puchar + 150 złotych,
 - . III miejsce OPEN K i M – puchar + 100 złotych
- Miejsca I – III w kategoriach wiekowych – produkty od #DASHRADE (10 żeli #DR, bidon, magnez)

CUD MAX i CROSS BIKE

Miejsca I – III w KATEGORII OPEN – puchar CUD'u + zestaw #DASHRADE (10 żeli #DR, bidon, magnez)
Nagradzania w kategoriach wiekowych na dystansach Cud Max oraz Cross Bike – nie przewidujemy.

OPŁATY STARTOWE

CROSS BIKE

49 pln – do 15 grudnia 2018 r.
59 pln – do 10 marca 2019 r.
59 pln – po 10 marca 2019 r. (bez gwarancji pełnego pakietu startowego)

CUD MAX, CUD MINI

119 pln – do 15 grudnia 2018 r.
139 pln – do 10 marca 2019 r.
139 pln – po 10 marca 2019 r. (bez gwarancji pełnego pakietu startowego)

Drużyny (minimum 8 osób) – **20% obniżka** od ceny indywidualnej obowiązującej w danym terminie. Tylko przy jednorazowej wpłacie za całą drużynę.

Opłaty startowe prosimy przelać za pomocą przelewów ONLine lub na konto: 31 1750 0012 0000 0000 4078 5426 (Raiffeisen). Fundacja Pro Sport Pro Life, ul.Raławicka 51/4, Wrocław (**w tytule: CUD – Imię, Nazwisko, Dystans**)

Faktury wystawiamy na żądanie. W takim przypadku proszę wysłać email na adres: biuro@p-s-w.pl

REZYGNACJA Z UDZIAŁU W ZAWODACH

W przypadku rezygnacji z zawodów:

- do 31 stycznia – zwrot 75% kwoty,
 - do 28 lutego – zwrot 50% kwoty,
 - po tym terminie nie ma możliwości zwrotu środków,
 - przepisanie zawodnika 10 pln do 15 marca. Po tym terminie przepisanie możliwe jest jedynie w biurze zawodów.
- W przypadku **rezygnacji** należy wysłać email pt: "rezygnacja z zawodów" na adres: biuro@p-s-w.pl, podając Imię i Nazwisko z oświadczeniem o rezygnacji.

W przypadku **przepisania zawodnika**, osoba zapisana musi wysłać email pt: „zmiana zawodnika” podając na kogo ma być pakiet przepisany (nie odwrotnie). Osoba na którą mamy przepisać pakiet MUSI BYĆ zapisana na te zawody. Wtedy nowa osoba zostanie oznaczona jako opłacona, a osoba rezygnująca będzie wykreślona z listy startowej. Nie podmieniamy nazwisk.

RUCH DROGOWY

- Jazda na rowerze oraz bieg, będą się odbywać przy zamkniętym ruchu drogowym. Jednak dopuszczamy możliwość, że na jednym odcinku ok. 2km będzie częściowo otwarty ruch. Po za tym droga posiada wiele małych dojazdów, znajduje się przy niej wiele posesji, dlatego przez całą trasę bezwzględnie należy zachować pełną czujność oraz przestrzegać przepisów ruchu drogowego oraz trzymać się prawej strony jezdni – dotyczy przede wszystkim asfaltowych odcinków na etapie rowerowym!

PUNKTY ODŻYWIANIA, ODBIÓR ROWERU, KARY I INNE ISTOTNE SPRAWY

- Na wszystkich dystansach punkty żywieniowe będą zlokalizowane następująco:
 - Na odcinku rowerowym jeden punkt żywieniowy na każdej pętli (ok. 2km od startu).
 - Na odcinku biegowym jeden punkt żywieniowy w bazie zawodów (na początku pętli).
- Kask jest obowiązkowy podczas całego etapu kolarskiego i ma pozostać zapięty do odstawienia roweru na stojak (bądź przekroczenia mety w przypadku CROSS bike).

- . Numer startowy podczas biegu musi być umieszczony z przodu zawodnika, a podczas etapu rowerowego, z tyłu zawodnika. Osobno będą oznaczone rowery.
- . Zabronione jest słuchanie muzyki, telefonowanie oraz wszelkie inne zachowania korzystające ze słuchawek na uszach podczas każdego z etapów.
- . Wstawianie rowerów sprzętu do strefy zmian jest dozwolone **do godziny 9:30** i po tym terminie wszyscy zawodnicy zostaną wyproszeni ze strefy.
- . Odbiór roweru **możliwy i konieczny od godziny 13.30 do godziny 15.00 w dniu zawodów**, za okazaniem numeru startowego i opaski zawodnika na rękę.
- . W przypadku odbioru przez osobę trzecią, bezwzględnie należy posiadać ze sobą: nr startowy zawodnika, dowód osobisty zawodnika oraz dowód osobisty osoby odbierającej rower.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- . Wszyscy zawodnicy biorący udział w Cross Uraz Duathlonie jednocześnie biorą udział w klasyfikacji Pucharu Sportów Wytrzymałościowych
- . Zawody odbywać się będą bez względu na warunki atmosferyczne.
- . Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.
- . Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.
- . Protesty należy składać pisemnie, w terminie do godziny 14.00 w dniu zawodów.
- . Reklamacje związane z ewentualnymi błędami przy pomiarze czasu należy zgłaszać bezpośrednio po zawodach.
- . Wszystkich zawodników startujących w zawodach Cross Uraz Duathlon obowiązuje niniejszy regulamin.
- . Rejestracja jest równoznaczna z akceptacją regulaminu.
- . Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy oraz zmiany godziny startu bez podawania przyczyn.
- . Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian oraz ostatecznej interpretacji regulaminu, który będzie dostępny w biurze zawodów.

PLATFORMA SPORTÓW WYTRZYMAŁOŚCIOWYCH