



## REGULAMIN CYKLU KORONA HIMALAJÓW i KARAKORUM 2020 – 2022 BIEG SZISZAPANGMA – 20 KWIETNIA

Cykl 14 biegów w latach 2020-2022 na dystansie 5 km na trasie przy Centrum Olimpijskim w Warszawie na Żoliborzu (Wybrzeże Gdyńskie 4), ma upamiętniać największe osiągnięcia polskich wspinaczy oraz tych, którzy na zawsze zostali na 14 ośmiotysięcznikach - dziesięciu w Himalajach i czterech w Karakorum.

Cykl (także w formule nordic walking) rozpoczął się 22 kwietnia 2020 roku. Zakończenie 13 maja 2022, w 30. rocznicę zaginięcia Wandy Rutkiewicz. Dołączyć do imprezy może każda osoba w dowolnym czasie, biorąc udział w wybranym biegu, a po odrobieniu tych, które się odbyły, zostanie ujęta w końcowej klasyfikacji generalnej.



**TERMINY BIEGÓW W ROKU 2022** (start o 20:00):

**20 kwietnia (środa) – Sziszapangma**

**13 maja (piątek) – Kanczendzonga**

**REJESTRACJA i PŁATNOŚCI**

Rejestracja na [datasport.pl](https://datasport.pl) ważna jest tylko po dokonaniu wpłaty wniesionej nie później niż pięć dni przed datą biegu.

Wyjątkiem są osoby, które otrzymały od organizatora zgodę na zapłatę gotówką w dniu zawodów w Centrum Olimpijskim.

### **BIURO ZAWODÓW**

Biuro - zlokalizowane w Centrum Olimpijskim - obsługiwać będzie uczestników biegu w dniu zawodów od godziny 18:30 do 19:45. Również tylko w tym terminie wydawane będą pakiety startowe.

### **WYSOKOŚĆ OPŁATY (Sziszapangma)**

**40 zł** – opłata podstawowa zawiera m.in.: koszty organizacji zawodów, numer startowy (tylko dla osób, które nie otrzymały ich wcześniej na cały cykl), pomiar czasu (ręczny) przez sędziów PZLA, obsługę medyczną, dwustronny certyfikat, posiłek z napojem, opracowanie klasyfikacji, zamieszczenie wyników i zdjęć na <http://www.biegstulecia.pl> w zakładce Korona Himalajów, a także na stronie partnera cyklu <https://www.maratonczyk.pl>

**20 zł** – wyłącznie dla osób biegających indywidualnie (korespondencyjnie); wynik należy przesłać TYLKO mailem na adres [biegstulecia@tlen.pl](mailto:biegstulecia@tlen.pl) do północy 20 kwietnia. W przypadku jeśli ktoś uzyska czas lepszy od tego, jaki mieli zawodnicy czy zawodniczki na trasie przy Centrum Olimpijskim, którzy zajęli miejsca 1-3 premiowane statuetkami, to tych nagród nie może otrzymać. Liczy się bowiem bezpośrednia rywalizacja czołówki. Opłata zawiera m.in. certyfikat i składkę na końcowe trofeum.

Inna wysokość opłaty możliwa jest dla osób będących w trudnej sytuacji ekonomicznej (emerytów, rencistów), po uzyskaniu pozytywnej opinii komisji zawodniczej.

### **Świadczenia dodatkowe:**

- **15 zł za medal** z wizerunkiem Sziszapangmy pod warunkiem zamówienia złożonego drogą mailową na adres [biegstulecia@tlen.pl](mailto:biegstulecia@tlen.pl) nie później niż SIEDEM dni przed danym biegiem;
- **25 zł za statuetkę** Sziszapangmy z imienną tabliczką pod warunkiem jak wyżej.

Uczestnik może otrzymać rachunek za wniesione opłaty jeśli zaznaczy taką opcję przy dokonywaniu zgłoszenia przez [datasport](https://datasport.pl) lub mailowo ([biegstulecia@tlen.pl](mailto:biegstulecia@tlen.pl)). Rachunki wystawiane są zgodnie z terminami obowiązującymi w prawie księgowym.

## KLASYFIKACJE

A. oddzielna dla kobiet i mężczyzn;

B. generalna cyklu dla kobiet i mężczyzn będąca sumą czasów po danych biegach.

Osobą odpowiedzialną za sporządzenie klasyfikacji jest Jolanta Klusek ([kljola@poczta.onet.pl](mailto:kljola@poczta.onet.pl))

**NAGRODY.** Dla trzech najszybszych kobiet i trzech najszybszych mężczyzn – statuetki z wizerunkiem Sziszapangmy. Na koniec cyklu wszystkie osoby, które pokonają w sumie 70 km w 14 biegach, otrzymają imienne trofea. Przewidziane są też inne wyróżnienia i upominki, a także – dzięki sponsorom – zniżkowe opłaty (również dla osoby towarzyszącej) na obozy kondycyjne w Beskidach (11-19 czerwca, 2-10 lipca, 22-31 lipca i 13-21 sierpnia) oraz w Kenii (styczeń-luty 2023).

**ORGANIZATORZY.** Głównym organizatorem imprezy jest Klub Sportowy Polskie Himalaje działający w formie stowarzyszenia na podstawie ustawy z dnia 7 kwietnia 1989 roku prawo o stowarzyszeniach, ustawy o sporcie z dnia 25 czerwca 2010 roku oraz statutu i z tego tytułu posiadający osobowość prawną. Współorganizatorem zawodów, przy wydatnej pomocy wolontariuszy, jest Królewski Klub Biegacza.

Organem pomocniczym, doradczym, opiniującym jest komisja zawodnicza w składzie:

Jolanta Klusek ([kljola@poczta.onet.pl](mailto:kljola@poczta.onet.pl)),

Andrzej Brzozowski ([and.b@interia.pl](mailto:and.b@interia.pl)),

Roman Marek ([romar1@poczta.onet.pl](mailto:romar1@poczta.onet.pl)).

**Kierownictwo zawodów:** Janusz Kalinowski, Kryspin Dworak, Tadeusz Waluk.

**Kontakt do organizatora:** tel. 730 777 045 lub 784 400 502; mail: [biegstulecia@tlen.pl](mailto:biegstulecia@tlen.pl)

---

## TERMINY BIEGÓW JAKIE BYŁY W ROKU 2020

22 kwietnia – Dhaulagiri

29 lipca – Gaszerbrum II

27 maja – Lhotse

23 września – Manaslu

17 czerwca – K2

14 października – Makalu

8 lipca – Nanga Parbat

## TERMINY BIEGÓW JAKIE BYŁY W ROKU 2021

10 marca – Broad Peak

15 września – Czo Oju

28 kwietnia – Annapurna

13 października – Mount Everest

7 lipca – Gaszerbrum I

## Korona Himalajów i Karakorum obejmuje następujące ośmiotysięczniki:

Mount Everest (8848 m)

Czo Oju (8201 m)

Gaszerbrum I (8068 m) \*

K2 (8611 m) \*

Dhaulagiri (8167 m)

Broad Peak (8047 m) \*

Kanczendzonga (8586 m)

Manaslu (8156 m)

Gaszerbrum II (8035 m) \*

Lhotse (8516 m)

Nanga Parbat (8126 m)

Sziszapangma (8013 m)

Makalu (8463 m)

Annapurna (8091 m)

**\*/ w Karakorum**

