# REGULAMIN

## VIII Ultramaratonu Generała Józefa Dowbora Muśnickiego
## 108 km na 108 rocznicę wybuchu Powstania Wielkopolskiego
## 27/28 grudnia 2026
## Lusowo, Ogrodowa 3, 62-080 Tarnowo Podgórne

### 1. ORGANIZATORZY

**Organizator wiodący: Towarzystwo Pamięci Generała Józefa Dowbora Muśnickiego.**

Współorganizatorzy: gmina Tarnowo Podgórne, Muzeum Powstańców Wielkopolskich im. Gen. Józefa Dowbora Muśnickiego w Lusowie, Sołtys i Rada Sołecka wsi Lusowo, OSP Lusowo, Koło Gospodyń Wiejskich w Lusowie, OSiR Tarnowo Podgórne.

**Kierownik sportowy biegu:** Jolanta Witczak - tel. 501-946-594
**Kierownik biura biegu:** Sławomir Grajek - tel. 693-723-058

### 2. CEL

Upamiętnienie 108 rocznicy Powstania Wielkopolskiego oraz uczczenie Generała Józefa Dowbora Muśnickiego - dowódcy Powstania Wielopolskiego. Popularyzacja biegania i Nordic Walking jako najprostszych form aktywności fizycznej. Promocja sołectwa Lusowo i gminy Tarnowo Podgórne.

### 3. TERMIN i MIEJSCE BIEGU

Bazą, startem i metą biegu jest świetlica wiejska przy ulicy Ogrodowej 3 w Lusowie. Bieg odbędzie się z 27 na 28 grudnia 2026 r. Biuro biegu czynne będzie od godz. 14.00 z weryfikacją zawodników i wydawaniem numerów startowych.

- 17:30 – zamknięcie listy biegaczy

- 17:40 – odprawa techniczna

- 17:50 - przejście uczestników na cmentarz, zapalenie znicza i złożenie wiązanki na grobie gen. Józefa Dowbora Muśnickiego

-18:00 – start

-12:00 28 grudnia - zakończenie zawodów (limit czasowy 18 godzin). Organizator w razie trudnych warunków pogodowych może podjąć decyzję o wydłużeniu limitu czasu. **Wydłużenie limitu czasu dotyczy wyłącznie zawodników już pokonujących ostatnie okrążenie.**

- zawodnik ma prawo wyruszyć na ostatnie okrążenie, jeżeli z dotychczasowych pomiarów czasu rokuje ukończenie biegu w wyznaczonym limicie czasu. Decyzję podejmuje wyłącznie organizator biegu.

- Przed rozpoczęciem i po zakończeniu biegu istnieje możliwość bezpłatnego zwiedzania Muzeum Powstańców Wielkopolskich.

### 4. TRASA I DYSTANSE

- Trasa nie posiada atestu PZLA.
- Całkowity dystans biegu to 108 kilometrów, na które składa się 10 okrążeń o długości 10,8 km każde. Trasa wiedzie przez ścieżki o naturalnym podłożu terenu wśród okolicznych łąk i lasów. Zawodnik ma możliwość pokonania dowolnej liczby okrążeń. Do klasyfikacji zaliczane są tylko pełne okrążenia.
- Pętla będzie miała oznaczenie dystansu co 1 km.

- **Po każdym zakończonym okrążeniu uczestnik musi zameldować się w biurze biegu.** Zawodnik ma prawo do robienia przerw w trakcie zawodów i kontynuacji biegu jedynie po pełnych pętlach - ze względu na specyfikę biegu i bezpieczeństwo zawodnika przerwa musi odbywać się w biurze zawodów po uprzednim poinformowaniu kierownika biura. Zejście z trasy w trakcie pokonywania pętli oznacza zakończenie biegu, **a o tym fakcie należy bezwzględnie i niezwłocznie poinformować kierownika biura biegu.**
- Ze względów bezpieczeństwa zawodnicy kończący udział w biegu zobowiązani są o przekazanie takiej informacji w biurze zawodów.
- W biurze zawodów będzie możliwość pozostawienia rzeczy (depozyt), które zostaną zwrócone po okazaniu numeru startowego. Dla zawodników będzie przygotowany bufet: napoje, przekąski, ciepły posiłek – dostępne po każdym okrążeniu.

## 5. ZASADY UCZESTNICTWA I ZGŁOSZENIA

- W biegu mogą wziąć udział wyłącznie osoby pełnoletnie.
- Limit uczestników – 108 biegaczy.
- Zapisy online na stronie **bieggenerala.pl** i w kalendarzu biegowym na stronie **maratonypolskie.pl**. Warunkiem umieszczenia na liście startowej jest dokonanie niezwłocznej wpłaty **WPISOWEGO** na konto Towarzystwa nr **76 1020 4027 0000 1302 0036 1501.** Konto będzie umieszczone także na w/w stronach. W przypadku braku wpłaty w ciągu 5 dni zawodnik jest usuwamy z listy startowej. Zamknięcie listy startowej nastąpi **23.12.2026r.**
- Kwota wpisowego wynosi **90 zł** (słownie: dziewięćdziesiąt złotych). Z wpisowego mogą być zwolnione osoby biorące czynny udział w organizacji biegu. Zwolnienia może dokonać wyłącznie prezes TPGJDM po uzgodnieniu z kierownikiem sportowym biegu. W przypadku dokonania zapisu i wpłaty, a niemożności udziału w biegu nie ma możliwości zwrotu wpisowego, ale istnieje możliwość przepisania wpisowego na inną osobę, o czym należy niezwłocznie poinformować mailowo organizatora **tpgjdm@wp.pl**
- W przypadku nie wykorzystania limitu biegaczy dopuszcza się zapisy bezpośrednio przed startem w biurze biegu.
- W przypadku zapełnienia się listy zapisowej organizator zastrzega sobie prawo do stworzenia dodatkowej puli dla maksymalnie 22 zawodników z pierwszeństwem dla biegaczy długodystansowych. Zgłoszenia należy dokonać mailowo na adres **tpgjdm@wp.pl.** O zakwalifikowaniu do biegu zgłaszający zostanie niezwłocznie poinformowany przez organizatora po zatwierdzeniu jego kandydatury przez prezesa TPGJDM oraz kierownika sportowego biegu.
- Każdy uczestnik musi być wyposażony w czołówkę/latarkę oświetlającą trasę. Strój biegacza musi posiadać elementy odblaskowe widoczne również z tyłu. Wskazane jest posiadanie folii zabezpieczającej przed wychłodzeniem.
- Bieg odbywa się bez profesjonalnego pomiaru czasu, ale na czas biegu zostanie włączony czas zegarowy, wg którego będą podawane czasy końcowe.
- Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać przy sobie włączony telefon z wpisanym numerem medycznej obsługi biegu oraz kierownikiem biura biegu. Numery te zostaną podane podczas odprawy technicznej. Numery te będą również umieszczone na odwrocie numeru startowego.

## 6. KLASYFIKACJA KOŃCOWA I NAGRODY

Przedstawione zostaną dwie klasyfikacje biegaczy – Open Kobiet i Mężczyzn oraz Nordic Walking liczony bez podziału. Każdy sklasyfikowany uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal. Aby znaleźć się w klasyfikacji należy ukończyć przynajmniej jedno okrążenie.

## 7. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Bieg ma charakter koleżeński i towarzyski.
- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair play podczas trwania biegu i na trasie biegu.
- Uczestnicy mają obowiązek dbać o czystość na trasie i w miejscu startu/mety. Organizator deklaruje uprzątnięcie trasy biegu w terminie 36h od jego zakończenia.

- Uczestnicy mają obowiązek przestrzegania wytyczonych tras biegowych i nie zbaczać z nich aż do osiągnięcia linii mety. Skracanie wyznaczonego dystansu spowoduje dyskwalifikację zawodnika.
- Bieg będzie ubezpieczony. Warunkiem ubezpieczenia jest niezwłoczne podanie organizatorowi prawidłowych pełnych danych osobowych wraz z **pełną datą urodzenia** – tpgjdm@wp.pl. Osobom, które nie dopełnią tej formalności lub tym, które zgłoszą się po zamknięciu listy startowej organizator z przyczyn proceduralnych nie gwarantuje ubezpieczenia.
- Zostanie zapewniona opieka medyczna (karetka z ratownikami medycznymi).
- Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność, co potwierdzą złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu.
- Organizator nie będzie odpowiadać za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy.
- Organizator zastrzega sobie prawo interpretacji niniejszego regulaminu.
- Regulamin biegu zostanie umieszczony na FB na stronie Towarzystwa Pamięci Generała Józefa Dowbora Muśnickiego. Ponadto będzie wywieszony w biurze zawodów, a każdy zawodnik będzie musiał podpisać zapoznanie się z jego treścią podczas odbioru numeru startowego.

| | |
|---|---|
| Kierownik biegu | Prezes Towarzystwa |
| Jolanta Witczak | Zofia Smolarz |