

IX Górski Zimowy Maraton Ślązański 2024 – REGULAMIN

I. Cel imprezy

Celem Górskiego Zimowego Maratonu Ślązańskiego jest promowanie zdrowego stylu życia, aktywności fizycznej i turystyki górskiej na Ziemi Ślązańskiej.

II. Organizator

Klub Biegacza Sobótka
Ul. Mickiewicza 53, 55-050 Sobótka
www.kbsobotka.pl

III. Termin i miejsce startu

13-01-2024 godz. 09:00 maraton i 10.00 półmaraton.
Miejsce startu i mety to plac przy Domu Turysty pod Wieżycą w Sobótce przy ul. Armii Krajowej 13.

IV. Trasa i dystans

Dystans: 43 km i 24 km

W ramach Maratonu rozegrana będzie klasyfikacja na połowie dystansu. Zawodnicy, którzy wcześniej nie zadeklarują startu w półmaratonie, a ukończą bieg główny po pierwszej pętli, będą sklasyfikowani w wynikach półmaratonu, ale nie będą klasyfikowani w kategorii OPEN.

Trasa prowadzi szlakami turystycznymi dookoła góry, przez partie podszczytowe i szczyt Ślęzy.

1 pętla: Przełęcz pod Wieżycą (start) – czarny szlak w kierunku wsi Strzegomiany, obok Źródła Joanny, Traktem Bolka do Rozdroża Holteia, gdzie zawraca ukośnie do góry, przecina czerwony szlak i kieruje się nadal w górę. Po ok. 1 km przecina ponownie czerwony i jednocześnie żółty szlak i Drogą pod Skałami, wzdłuż granicy rezerwatu, mijając szlak niebieski, Źródło Św. Jana i Kolibę dochodzi ponownie do niebieskiego szlaku, którym przez Skalną Perć, Olbrzymki i Zbójnickie Skały kieruje się na szczyt Ślęzy. Ze szczytu żółtym szlakiem zbiega do Polany z Dębami, skręca w lewo opuszczając go i po zetknięciu z czarnym szlakiem, kieruje się przez Rozdroże Sulistrowickie do Przełęczy Tapadła (Punkt żywieniowy, zabezpieczenie-medyczne). Z Przełęczy czarnym szlakiem w kierunku zachodnim (pomijając drogę asfaltową) i ściśle wg szlaku do Przełęczy pod Wieżycą. (Punkt żywieniowy, zabezpieczenie medyczne, pomiar czasu)

2 pętla: Żółtym szlakiem przez Wieżycę do zetknięcia się z czerwonym szlakiem (wiata). Następnie tuż powyżej Źródła Jakuba, na Rozdrożu pod Kamiennym Krzyżem, trasa odbija ze szlaków w prawo i kieruje się drogą w dół do Rozdroża Bialskiego, na którym środkową drogą łączy się ze szlakiem zielonym przy Źródle Ślęzan. Dalej za Skalnymi Czapkami zbiega się ze szlakiem niebieskim i kieruje do Przełęczy Tapadła. (Punkt żywieniowy, zabezpieczenie-medyczne). Z Przełęczy, czarnym szlakiem w kierunku wschodnim do

Rozdroża Sulistrowickiego. Tu odbija ze szlaku i po ok. 2 km oraz przecięciu czerwonego szlaku, na rozdrożu skręca w ukośnie w prawo w dół, i po 0,5 km ponownie zakosem w lewo, w Tereśną Drogę. (Trasa na tym odcinku układa się w literę Z). Następnie wzdłuż drogi. Po ominięciu wsi Strzegomiany, przy Źródle Lustiga w lewo i czerwonym szlakiem w kierunku szczytu, a po dojściu do czarnego szlaku zbiega w prawo do Przełęczy pod Wieżycą (meta).

V. Pomiar i limity czasu.

Pomiar czasu prowadzony jest z wykorzystaniem systemu elektronicznego. Organizator określa limit czasu maratonu na 7 godzin, a półmaraton 5 godzin. Protesty dotyczące wyników rozpatrywane będą nie później niż do godziny dekoracji poszczególnych dystansów – półmaraton godz. 15.00, maraton godz. 16.00. Zawodnicy, którzy nie ukończą zawodów w tym limicie, zobowiązani są do kontaktu z telefonicznego z organizatorem i udania się do najbliższego punktu żywieniowego. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za przebywanie uczestników na trasie biegu po upływie wyznaczonego czasu.

VI. Punkty żywieniowe

Punkty żywieniowe znajdują się: przy parkingu na Przełęczy Tapadła (dwa razy) oraz na Przełęczy Pod Wieżycą (miejsce startu i mety).

Na punktach żywieniowych do dyspozycji zawodników będą: woda, Izo, gorąca herbata, zupa, ciastka i owoce.

Organizator nie planuje używania kubków plastikowych na punktach żywieniowych. Każdy zawodnik jest zobowiązany do posiadania własnego kubka lub bidonu.

VII. Warunki uczestnictwa opłaty

W maratonie mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy do dnia 13.01.2024 ukończą 18 lat i opłacą wpisowe.

Zawodnicy, dokonując rejestracji i startując w zawodach oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność i że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w biegu górskim.

Warunkiem udziału w klasyfikacji mieszkańców Miasta i Gminy Sobótka jest zamieszkiwanie w gminie lub pochodzenie z miasta i Gminy Sobótka oraz (przede wszystkim) wcześniejsze zaznaczenie tej opcji w formularzu zapisów.

Zawodnicy zobowiązani są do posiadania na trasie biegu folii NRC. Będą prowadzone wrywkowe kontrole na trasie i mecie. Brak folii skutkował będzie karą czasową. W przypadku stroju niedostosowanego do warunków atmosferycznych brak folii skutkował będzie dyskwalifikacją zawodnika.

Rejestracja oraz wniesienie opłaty startowej jest jednoznaczna z przyjęciem warunków regulaminu biegu.

Każdy zawodnik musi zostać zweryfikowany w biurze zawodów. Konieczny dokument tożsamości ze zdjęciem lub opcjonalnie qr kod w formie wydruku lub w telefonie i innym nośniku.

Opłata startowa w GZMŚ wynosi:

– wpłacona do dnia 08.12.2023 – 180 zł maraton . Półmaraton 140 zł.

– wpłacona między 08.12.2023 a 13.01.2024 i w dniu startu – 220 zł maraton. Półmaraton 180 zł.

W przypadku wyboru opcji z koszulką lub bluzą opłata wzrasta o cenę tych artykułów zamieszczoną w formularzu zapisów. Koszulka 90 zł. Bluza z kapturem 250 zł.

Zapisanie się w formularzu DataSport bez wniesienia opłaty startowej (litery OK w rubryce zawodnika) jest nieważne i nie będzie brane pod uwagę po zamknięciu zapisów na kilka dni przed biegiem (konieczność wydrukowania numerów startowych). Ilość przygotowanych pakietów startowych ustalana jest w oparciu o listę zawodników opłaconych.

Wpisowe wpłacone po 2 stycznia nie gwarantuje wszystkich świadczeń.

Wpisowe należy wpłacać na konto DataSport.

Opłata nie podlega zwrotowi. Można ją przenieść na innego zawodnika lub na następne zawody.

Opłata startowa obejmuje:

- numer startowy i pakiet startowy
- pamiątkowy medal dla osób, które ukończą bieg
- upominki przygotowane przez sponsorów i patronów biegu
- statuetki dla zwycięzców kategorii open, kategoriach wiekowych oraz klasyfikacji mieszkańców miasta i Gminy Sobótka
- gorące napoje, zupa, owoce i ciastka na trasie biegu
- posiłek i gorące napoje po biegu

VIII. Zgłoszenia do biegu

Zgłoszenia do biegu przyjmowane są za pomocą formularza zgłoszeniowego znajdującego się na stronie www.datasport.pl www.kbsobotka.pl i w kalendarzu Ligi Biegów Górskich.

Odbiór numerów startowych będzie możliwy w biurze zawodów — budynek Domu Turysty pod Wieżycą przy ul. Armii Krajowej 13.

Biuro zawodów będzie czynne 12.01.2024 w godz. 17.00 – 20.00 (zapisy weryfikacja zgłoszeń) i 13.01.2024 od 07.00 – 10.00 (zapisy i weryfikacja zgłoszeń).

Odbiór pakietów za okazaniem wysłanego drogą e-mail QR KODU tylko w biurze zawodów w czasie jego pracy. Nie wysyłamy pakietów pocztą.

Organizator zastrzega sobie prawo zamknięcia zapisów na bieg tydzień przed zawodami.

IX. Nagrody i klasyfikacje na obydwu dystansach.

Dekoracja zwycięzców półmaratonu w kategorii OPEN, kategorii wiekowych i klasyfikacji Gminy Sobótka odbędzie się o godzinie 15.00

Dekoracja zwycięzców maratonu w kategorii OPEN, kategorii wiekowych i klasyfikacji Gminy Sobótka odbędzie się o godzinie 16.00

Najlepszym zawodnikom w kategorii OPEN zostaną przyznane statuetki oraz nagrody finansowe. Nagradzane będą pierwsze trzy miejsca w klasyfikacji kobiet i pierwsze trzy miejsca klasyfikacji mężczyzn.

Zawodnikom zajmującym pierwsze trzy miejsca w kategoriach wiekowych zostaną przyznane

statuetki okolicznościowe.

Mieszkańcy Miasta i Gminy Sobótka będą klasyfikowani w kategorii „mieszkaniec Miasta i Gminy Sobótka”. Nagradzane będą pierwsze 3 miejsca kobiet i pierwsze 3 miejsca mężczyzn. Zwycięzcom klasyfikacji „Mieszkaniec Miasta i Gminy Sobótka” zostaną przyznane statuetki.

Warunkiem otrzymania nagród jest osobiste stawienie się na ceremonii ich wręczenia, nie wysyłamy nieodebranych nagród.

Każdy uczestnik biegu spełniający warunki uczestnictwa i kończący bieg w wyznaczonym przez organizatora limicie otrzyma medal okolicznościowy.

Klasyfikacja maratonu i półmaratonu prowadzona będzie w kategoriach:

M. K. 18 – 29 lat

M. K. 30 – 39 lat

M. K. 40 – 49 lat

M. K. 50 – 59 lat

M. 60 lat i więcej

Nagrody się dublują. Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej będą nagradzani również w swoich kategoriach wiekowych.

X. Zakończenie imprezy

Po zakończeniu biegu organizator zapewnia posiłek regeneracyjny.

XI. Postanowienia końcowe

Organizator zapewnia opiekę medyczną w strefie startu/mety biegu..

Zawodnicy ubezpieczają się od NW we własnym zakresie.

Zawodnik startując w maratonie wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji imprezy, oraz przetwarzania danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów i promocji imprezy.

Zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania Regulaminu Parku Krajobrazowego i Rezerwatu Góry Ślęży oraz zasad ogólnie panujących na szlakach turystycznych i drogach leśnych przez które przebiega trasa zawodów.

Numer startowy zawodnika musi być umieszczony z przodu lub z tyłu w widocznym miejscu.

Zawodnik bez numeru startowego z podklejonym chipem nie zostanie zarejestrowany przez pomiar czasu na starcie, półmetku i mecie biegu, co skutkować będzie brakiem wyniku (DNF).

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany niektórych postanowień regulaminu powodowanych siłą wyższą. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.