



REGULAMIN IMPREZY KASZUBSKA PONIEWIERKA 30 (KP30)

1. POSTANOWIENIA OGÓLNE

- 1.1. Kaszubska Poniewierka 30 ma charakter dobrowolnego, indywidualnego, długodystansowego, biegu przełajowego o charakterze górskim.
- 1.2. Na potrzeby niniejszego dokumentu przyjmuje się za wiążące następujące definicje:
 - 1.2.1 Biuro Zawodów – miejsce obsługi Uczestników, zarówno przed startem jak i w trakcie i po zakończeniu zawodów.

2. CEL IMPREZY

Organizator stawia sobie następujące cele w związku z organizacją imprezy: promocja regionu Kaszub i Pomorza w Polsce i na świecie, wyłonienie najlepszych zawodników wymagających biegów o charakterze górskim, propagowanie zdrowego stylu życia, promocję biegania jako formy aktywnej turystyki oraz edukację ekologiczną i podnoszenie wrażliwości na kwestie ochrony przyrody.

3. ORGANIZATOR

- 3.1 Organizatorem Biegu jest Stowarzyszenie „Aktywni w Trójmieście” z siedzibą w Gdańsku, ul. Romualda Traugutta 15/5, 80-221 Gdańsk, nr KRS 0000609692.
- 3.2 Adres e-mail: kontakt@kaszubskaponiewierka.pl
- 3.3 Nr konta bankowego: mBank 52 1140 2004 0000 3202 7613 7571

4. DYSTANS

- 4.1 Impreza odbędzie się na dystansie 30,5 km (D+960m/D-960m)
track GPS: **UWAGA: aktualizacja 01.09.2019**
Trace de Trail: <https://tracedetrail.fr/en/trace/trace/71798>
- 4.2 Trasa będzie przebiegać w większości ścieżkami leśnymi i drogami gruntowymi (ok 90%) oraz krótkimi odcinkami utwardzonymi, przy czym możliwe są odcinki przebiegające wzdłuż dróg publicznych i innych, którymi odbywa się regularny ruch drogowy, wymagające szczególnej ostrożności ze strony Uczestnika.
- 4.3 Trasa Biegu będzie oznaczona taśmami. Dodatkowo, w newralgicznych miejscach, Organizator dopuszcza dodatkowe oznakowanie w postaci strzałek i oznakowania odbłaskowego lub świetlnego.
- 4.4 Na trasie Biegu Kaszubska Poniewierka 30 zlokalizowany zostanie 1 punkt odżywczy:
 - 17 km Brodnica Dolna
- 4.5 Ukończenie Biegu Kaszubska Poniewierka 30 gwarantuje uzyskanie 1 punktu w klasyfikacji ITRA (International Trail Running Association). Bieg jest również zgłoszony jako bieg kwalifikacyjny do biegu Ultra-Trail du Mont-Blanc® oraz CCC®.



5. TERMIN I MIEJSCE

- 5.1 Zarówno Biuro Zawodów jak i miejsce startu oraz meta Biegu Kaszubska Poniewierka 30 znajdować się będą na terenie Centrum Aktywnego Wypoczynku Wieżyca-Koszałkowo (gm. Stężycza). Start zaplanowany jest o godzinie 13:00 w sobotę 14.09.2019r.
- 5.2 Organizator przewiduje możliwość odbioru pakietów startowych w Biurze Zawodów (miejsce wskazane w pkt 5.1) w dniu 14.09.2019 w godzinach w godzinach 09:00 – 12:00.
- 5.3 Dodatkowo w dniu 11.09.2019r. uczestnicy KP30 będą mogli odebrać pakiety startowe w sklepie Intersport zlokalizowanym w Galerii Bałtyckiej przy alei Grunwaldzkiej 141 w Gdańsku, w godzinach 17:00 – 20:00.
- 5.4 Organizator przewiduje także możliwość odbioru pakietów startowych w Bazie Startu ultramaratonu zlokalizowanej na terenie Szkoły Podstawowej nr 35 im. Jana Parandowskiego, ul. Wąsowicza 30, Gdańsk-Oliwa w dniu 13.09 w godzinach 18:00 – 21:00.
- 5.5 W celu weryfikacji tożsamości Uczestnika, przy odbiorze pakietu startowego, będzie on poproszony o okazanie dowodu osobistego lub innego dokumentu stwierdzającego tożsamość.
- 5.6 W celu odbioru pakietu przez osobę trzecią Uczestnik zobowiązany jest wypełnić druk pełnomocnictwa, do pobrania tu: http://kaszubskaponiewierka.pl/KP_Pe%C5%82nomocnictwo_2019.pdf, a pełnomocnik powinien pełnomocnictwo w formie pisemnej przekazać Organizatorowi przy wydawaniu pakietu.
- 5.7 Organizator może zmienić godzinę startu Biegu w przypadkach, gdy okaże się to konieczne ze względów organizacyjnych.

6. LIMITY CZASOWE

Na dystansie Biegu Kaszubska Poniewierka 30 obowiązuje ogólny limit czasowy 5h (zamknięcie mety o godzinie 18:00). Nie przewiduje się kontroli limitu czasu na punkcie żywieniowym w Brodnicy Dolnej.

7. DEPOZYTY

Organizator zapewnia możliwość pozostawienia depozytu w Biurze Zawodów. Depozyt musi zmieścić się w plecaku 80l lub worku dostarczonym przez Organizatora w pakiecie startowym, opisanym numerem startowym zawodnika i będzie do odbioru po Imprezie na podstawie numeru startowego.

8. ZGŁOSZENIA, LIMITY ILOŚCI UCZESTNIKÓW I OPŁATA STARTOWA

8.1 Organizator przewiduje limit 450 Uczestników na dystansie KP30 (w tym 20 miejsc do dyspozycji Organizatora).

8.2 Wysokości opłat:

- | | |
|--|----------------|
| ▪ Zgłoszenie do dnia 2019.04.30 | 80 PLN |
| ▪ Zgłoszenie w okresie 2019.05.01 – 2019.07.31 | 95 PLN |
| ▪ Zgłoszenie w okresie 2019.08.01 – 2019.09.08 | 120 PLN |
| ▪ Zgłoszenie w okresie 2019.09.09 – 2019.09.13 | 150 PLN |

W tym przypadku możliwe jest jedynie wniesienie opłaty w Biurze Zawodów (wyłącznie w gotówce) lub innym miejscu wskazanym przed Biegiem przez Organizatora (pod warunkiem, że limit miejsc nie zostanie



wyczerpany wcześniej). Każdorazowo w przypadku rejestracji w Biurze Startu, Organizator nie gwarantuje wszystkich świadczeń w pakiecie.

9. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE

9.1 Uczestnicy Biegu bezwzględnie przez cały czas uczestnictwa w Biegu zobowiązani są posiadać:

- naładowany telefon komórkowy, z którego istnieje możliwość wykonywania połączeń. Numer tego telefonu zostanie przekazany Organizatorowi najpóźniej przed rozpoczęciem Biegu,
- dowód osobisty lub paszport,
- czip do pomiaru czasu dostarczony w pakiecie startowym,
- numer startowy przypięty w widocznym miejscu z przodu,
- **kubek wielorazowy (w trosce o środowisko naturalne, na punktach żywieniowych Organizator nie zapewnia kubków plastikowych).**

9.2 Oprócz wyposażenia obowiązkowego Organizator zaleca posiadanie następującego wyposażenia:

- folia NRC,
- plecak biegowy /nerka,
- bukłak lub bidon/bidony o łącznej pojemności co najmniej pół litra,
- strój odpowiedni do warunków atmosferycznych,
- ok 20 PLN w gotówce na wypadek nagłej potrzeby zakupienia czegoś w sklepie na trasie Biegu.

10. ŚWIADCZENIA, PAKIET STARTOWY

W ramach opłaty startowej Organizator zapewnia każdemu Uczestnikowi:

- start w zawodach oraz obsługę trasy,
- obsługę sędziowską,
- elektroniczny pomiar czasu,
- pomoc przedmedyczną (w czasie trwania Biegu),
- numer startowy, który należy umieścić w widocznym miejscu z przodu w celu zapewnienia bezpieczeństwa i kontroli w trakcie Biegu,
- medal potwierdzający ukończenie zawodów dla osób, które ukończą Bieg w określonym limicie czasu,
- napoje i lekkie przekąski w punkcie żywieniowym (szczegółowa lista produktów dostępnych na punkcie zostanie opublikowana w komunikacie startowym najpóźniej 2 tygodnie przed planowaną datą zawodów),
- ciepły posiłek na mecie (węgierski lub tradycyjny),
- nagrody rzeczowe co najmniej dla trzech najlepszych Uczestników na każdym z dystansów,
- obsługę fotograficzną Biegu,
- inne świadczenia w miarę możliwości finansowych Organizatora.



11. ZAKWATEROWANIE I TRANSPORT UCZESTNIKÓW

11.1 **START:** W ramach opłaty startowej, Organizator nie zapewnia noclegu przed startem.

11.2 Organizator nie zapewnia transportu Uczestników na start Biegu. Istnieje dogodny dojazd linią kolejową PKM do stacji Krzeszna, oddalonej 800m od Biura Zawodów.

11.3 **META:** W ramach opłaty startowej, Organizator zapewnia możliwość noclegu po Biegu w warunkach turystycznych na sali gimnastycznej w pobliżu mety zawodów w Zespole Kształcenia i Wychowania w Szymbarku, ul. Szkolna 1. Miejsce noclegu należy opuścić najpóźniej do godziny 10:00 dnia 15.09.2019r. Ze względu na obowiązujący limit miejsc należy wypełnić odpowiednią opcję w formularzu zapisów, a w przypadku rezygnacji z noclegu poinformować o tym fakcie Organizatora.

11.4 Organizator nie zapewnia transportu z mety do Trójmiasta ze względu na bliskość transportu publicznego, (linia kolejowa PKM i przystanek Krzeszna oddalone są ok 800m od Biura Mety). Organizator zastrzega jednak możliwość organizacji transportu dla ograniczonej liczby Uczestników po uprzednim uzgodnieniu minimalnej ilości osób, kosztu i szczegółów takiej usługi z zainteresowanymi.

11.5 W ramach Biegu otwarta zostaje kategoria „Zawody prawnicze” – deklarację udziału w tej kategorii mają składać osoby, które wykonują zawody prawnicze, w tym adwokaci, notariusze, komornicy, radcowie prawni, sędziowie, syndycy, rzecznicy patentowi oraz aplikanci/asesorzy tych zawodów, osoby pełniące funkcję zastępcy. Deklarację udziału składa się w formularzu zapisów.