



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: udostępnimy po uzyskaniu niezbędnych zgód od zarządców terenu**

Trace de Trail (wyłącznie poglądowy track z 2019r – UWAGA: będą drobne zmiany w stosunku do wersji ubiegłorocznej w związku z powodami wspomnianymi wyżej): <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 odblaskowego 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®. (UWAGA: ilość punktów będzie potwierdzona finalnie po uzyskaniu niezbędnych zgód od zarządców terenu).

5. TERMIN I MIEJSCE

- 5.1 Zarówno Biuro Zawodów jak i miejsce startu oraz meta Biegu Kaszubska Poniewierka 30 znajdować się będą na terenie boiska sportowego w Szymbarku, ul. Sportowa (gm. Stężycza). Start zaplanowany jest o godzinie 13:00 w sobotę 19.09.2020r.
- 5.2 Organizator przewiduje możliwość odbioru pakietów startowych w Biurze Zawodów (miejsce wskazane w pkt 5.1) w dniu 19.09.2020 w godzinach w godzinach 09:00 – 12:00.
- 5.3 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 dniach 18-19.09 w godzinach 15:00 (18.09.2019) – 0:30 (19.09.2019).
- 5.4 W celu weryfikacji tożsamości Uczestnika, przy odbiorze pakietu startowego, będzie on poproszony o okazanie dowodu osobistego lub innego dokumentu stwierdzającego tożsamość.
- 5.5 W celu odbioru pakietu przez osobę trzecią Uczestnik zobowiązany jest wypełnić druk pełnomocnictwa, do pobrania tu: http://kaszubskaponiewierka.pl/KP_Pe%C5%82nomocnictwo_2020.pdf, a pełnomocnik powinien pełnomocnictwo w formie pisemnej przekazać Organizatorowi przy wydawaniu pakietu.
- 5.6 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 2020.03.31 | 100 PLN |
| ▪ Zgłoszenie do dnia 2020-04-01 - 2020.04.30 | 110 PLN |
| ▪ Zgłoszenie w okresie 2020.05.01 – 2020.06.30 | 120 PLN |
| ▪ Zgłoszenie w okresie 2020.07.01 – 2020.07.31 | 135 PLN |



- Zgłoszenie w okresie 2020.08.01 – 2020.08.31 **150 PLN**
- Zgłoszenie w okresie 2020.09.01 – 2020.09.10 **180 PLN**

UWAGA: W przypadku gdy wcześniej nie zostanie osiągnięty limit opłaconych zawodników, możliwe będzie wniesienie opłaty startowej w wysokości **190 PLN** w czasie pracy Biura Zawodów określonego w p. 5.1 lub Bazie Startu ultramaratonu określonej w p. 5.3 (wyłącznie w gotówce). Każdorazowo w przypadku rejestracji w Biurze Zawodów lub Bazie Startu ultramaratonu, 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 **50 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 (wegański 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 (ok 800m od mety). Miejsce noclegu należy opuścić najpóźniej do godziny 10:00 dnia 20.09.2020r. 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 W pobliżu mety (ok 3 km) znajdują się przystanki kolejowe SKM/PKM Krzeszna oraz Wieżycza skąd można skorzystać transportu publicznego do Trójmiasta). Ze względu na znaczną odległość przystanków Organizator zapewnia bezpłatny transport w godzinach odjazdów pociągów.

11.5 Organizator zapewnia odpłatny transport autobusowy z mety w Szymbarku do Sopotu z przystankiem w Gdańsku Głównym, Gdańsku Wrzeszczu i w Gdańsku Oliwie. Bilety będą możliwe do nabycia w oficjalnym sklepie Poniewierki: <https://sklep.kaszubskaponiewierka.pl/> bliżej daty zawodów.