



REGULAMIN IMPREZY KASZUBSKA PONIEWIERKA 75 (KP75)

1. POSTANOWIENIA OGÓLNE

- 1.1. Kaszubska Poniewierka 75 ma charakter dobrowolnego, indywidualnego, długodystansowego, liniowego biegu przełajowego o charakterze górskim.
- 1.2. Na potrzeby niniejszego dokumentu przyjmuje się za wiążące następujące definicje:
 - 1.2.1 Biuro Startu – ze względu na liniową charakterystykę Biegu (różne miejsce startu i mety), Organizator będzie prowadził osobne biuro zawodów związane z przedstartową obsługą Uczestników w Gdańsku,
 - 1.2.2 Biuro Mety – Organizator będzie prowadził osobne biuro zawodów w trakcie zawodów oraz po ich ukończeniu w Wieżycy – Koszałkowie.

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 73,5km (D+1160m/D-1120m)
track GPS: <https://bit.ly/2D7mI9w>
Trace de Trail: <https://tracedetrail.fr/en/trace/trace/71801>
- 4.2 Trasa będzie przebiegać w większości ścieżkami leśnymi i drogami gruntowymi (ok 95%) 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 75 zlokalizowane zostaną 3 punkty odżywcze:
 - 23 km Skrzyszewo, remiza OSP
 - 42 km Kartuzy, ławka Asesora



- 59 km Brodnica Dolna

Na trasie KP75 nie ma możliwości przepaków.

- 4.5 Ukończenie Biegu Kaszubska Poniewierka 75 gwarantuje uzyskanie 3 punktów 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 Miejsce startu Biegu Kaszubska Poniewierka 75 znajdować się będzie przy Wróblówce w Gdańsku – Otominie, ul. Borówkowa 13. Start odbędzie się 14.09.2019r. o godzinie 6:00 rano.

- 5.2 Baza Startu Biegu zlokalizowana będzie na terenie Szkoły Podstawowej nr 35 im. Jana Parandowskiego, ul. Wąsowicza 30, Gdańsk-Oliwa. Miejsce to może ulec zmianie, o czym Organizator powiadomi z odpowiednim wyprzedzeniem.

- 5.3 Meta wraz z Biurem Mety zawodów znajdować się będzie na terenie Centrum Aktywnego Wypoczynku Wieżyca-Koszałkowo.

- 5.4 Organizator przewiduje możliwość odbioru pakietów startowych w Bazie Startu (miejsce wskazane w pkt 5.2) w dniach 13-14.09 w godzinach 18:00 (13.09.2019) – 0:30 (14.09.2019), oraz dodatkowo 11.09.2019r. w punkcie odbioru pakietów, którego lokalizacja zostanie podana w komunikacie startowym, najpóźniej 2 tygodnie przed planowaną datą zawodów.

- 5.5 Organizator nie przewiduje możliwości wydania pakietu startowego w miejscu startu Biegu, tj. Gdańsk - Otomin (Wróblówka).

- 5.6 W celu weryfikacji tożsamości Uczestnika, przy odbiorze pakietu startowego, będzie on poproszony o okazanie dowodu osobistego lub innego dokumentu stwierdzającego tożsamość.

- 5.7 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.

- 5.8 Organizator może zmienić godzinę startu Biegu w przypadkach, gdy okaże się to konieczne ze względów organizacyjnych.

6. LIMITY CZASOWE

- 6.1 Na dystansie Biegu Kaszubska Poniewierka 75 obowiązują następujące limity czasowe:

- Na 23km (Skrzeszewo, remiza OSP) **4h** (wyjście z punktu nie później niż 10:00),
- Na 42km (Kartuzy) **7h** (wyjście z punktu nie później niż 13:00),
- Na 74km (Wieżyca-Koszałkowo) **12h** (zamknięcie mety o godzinie 18:00).

Limity czasowe będą egzekwowane przez sędziego na punktach w trosce o bezpieczeństwo Uczestników.

7. DEPOZYTY I TRANSPORT RZECZY NA METĘ

- 7.1 Uczestnicy Kaszubska Poniewierka 75 nie mają możliwości skorzystania z przepaku.



7.2 Organizator zapewnia możliwość transportu rzeczy z miejsca startu na metę w Wieżycy-Koszałkowie. Limit wagowy depozytu na metę to 10kg, depozyt musi zmieścić się w plecaku lub worku o maksymalnej pojemności 80 litrów, opisanym numerem startowym. Depozyt będzie możliwy do odbioru na mecie po zakończeniu Imprezy na podstawie numeru startowego.

7.3 Punkt nadania depozytów na metę to strefa startu Biegu przy Wróblówce.

8. ZGŁOSZENIA, LIMITY ILOŚCI UCZESTNIKÓW I OPŁATA STARTOWA

8.1 Organizator przewiduje limit 140 Uczestników na dystansie KP75 (w tym 20 miejsc do dyspozycji Organizatora).

8.2 Wysokości opłat:

▪ Zgłoszenie do dnia 2019.04.30	120 PLN
▪ Zgłoszenie w okresie 2019.05.01 – 2019.07.31	160 PLN
▪ Zgłoszenie w okresie 2019.08.01 – 2019.09.08	200 PLN
▪ Zgłoszenie w okresie 2019.09.09 – 2019.09.13	240 PLN

W tym przypadku możliwe jest jedynie wniesienie opłaty w Biurze Startu (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 1 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 punktach żywieniowych (szczegółowa lista produktów dostępnych na takich punktach 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 zapewnia możliwość noclegu w warunkach turystycznych na sali gimnastycznej w Biurze Startu w Szkole Podstawowej nr 35 im. Jana Parandowskiego, ul Wąsowicza 30, 80-318 Gdańsk-Oliwa. Miejsce noclegu należy opuścić najpóźniej do godziny 08:00 dnia 14.09.2019r. Ze względu na obowiązujący limit miejsc należy wypełnić odpowiednią opcję w formularzu zapisów, a w przypadku rezygnacji z noclegu poinformować o tym fakcie Organizatora.

11.2 Organizator zapewnia transport uczestników z Bazy Startu w Gdańsku na linię startu we Wróblówce za dodatkową opłatą w wysokości **10 PLN** (opcja do wyboru w formularzu zapisów).

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.