

# REGULAMIN BIEGU

## 1. Opis zawodów:

Bieg Dwernik Kamień Trail (DKT) ma charakter charytatywnego biegu górskiego, którego trasa przebiega nieoznakowanymi jak i oznakowanymi szlakami turystycznymi. Całość trasy będzie dodatkowo oznakowana przez organizatora w celu jak najłatwiejszej nawigacji podczas zawodów. Całkowity dochód z biegu zostanie przekazany na pomoc w leczeniu Mai.

## 2. Organizator:

Organizatorami biegu są Adam Kapral, Arkadiusz Ślęczka, Tomasz Dopart. Bieg jest organizowany pod patronatem Wójta Gminy Lutowiska, Lasów Państwowych, Nadleśnictwa Lutowiska

## 3. Termin i miejsce:

Dwernik (Dawny park konny w Dwerniku) 15.07.2018 godz.10:00

## 4. Program:

8:00 – 9:30 Praca Biura Zawodów  
9:45 – Odprawa zawodników  
10:00 – Start Dwernik Kamień Trail 21km  
10:15 – Start Dwernik Kamień Trail 10km  
12:45 – zamknięcie mety Dwernik Kamień Trail 10km  
14:00 – zamknięcie mety Dwernik Kamień Trail 21km  
14:15 – Dekoracja zawodników oraz wręczenie nagród  
15:00 – Zakończenie Dwernik Kamień Trail

## 5. Przebieg i opis trasy

Dystans 21km, (DKT21 +1135m/-1135m)

Trasa jest bardzo malownicza i przebiega przez szczyt Kamień Dwernik (1004mnpm), obok wodospadu Szepit w Zatwarnicy oraz ciekawą ścieżką przyrodniczą przez las gdzie znajdują się historyczne okopy z II Wojny Światowej. Przed metą zostaje do pokonania już tylko Potok Nasiczański.

Dystans 10km, (DKT10 +580m/-580m)

Trasa przebiega szlakiem czerwonym lekko pod szczytem Kamień Dwernik (1004mnpm) i skręca w prawo na ciekawą ścieżką przyrodniczą przez las, Przed metą również do pokonania Potok Nasiczański.

## 6. Punkty odżywcze:

DKT21

4km – Woda,

11km – Woda, rodzynki, ciasto, batony (w zależności od darczyńców)

17,6km – Woda, Izo, Cola

DKT10

4km – Woda,

7,2km – Woda, Izo, Cola

## 7. Limity czasu:

DKT21 – 4h (dodatkowo limit na punkcie 11km: 2h)

DKT10 – 2:30h

## 8. Limit uczestników:

DKT21 – 200 osób \*

DKT10 – 100 osób \*

\* Organizator zastrzega sobie prawo do zwiększenia limitu miejsc oraz wykorzystania dodatkowych miejsc do własnej dyspozycji dla darczyńców i osób specjalnie zasłużonych przy powstawaniu biegu.

## 9. Uczestnictwo:

Do wzięcia udziału w biegu wymagana jest od zawodnika bardzo dobra kondycja fizyczna jak i stan zdrowia nie wskazujący na jakiegokolwiek przeciwwskazania do uprawiania biegów górskich oraz ukończone 18 lat, najpóźniej w przeddzień startu. Niezbędne jest też wcześniejsze doświadczenie w biegach w trudnym terenie. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu robią to na własną

odpowiedzialność i z pełną świadomością wynikającą z zagrożeń i ryzyka jakie wiążą się ze startem w biegu. Osoby niepełnoletnie mogą startować jedynie pod czujnym okiem dorosłego opiekuna, który również musi uczestniczyć w biegu.

By stać się uczestnikiem biegu należy spełnić następujące warunki:

- mieć ukończone 18 lat (lub mniej pod okiem opiekuna)
- zaakceptować niniejszy regulamin; dokonanie rejestracji do biegu jest równoznaczne z akceptacją regulaminu;
- wnieść opłatę startową najpóźniej do **15.06.2018 r.** (Miejsce na liście startowej otrzyma pierwszych 200 osób DKT21 / 100 osób DKT10, które poprawnie zarejestrują się w systemie zapisów i wniosą opłatę startową. Osoby, które nie wpłacą opłaty startowej po osiągnięciu limitu zostaną wykreślone z listy)
- odebrać pakiet startowy w Biurze Zawodów w terminie podanym przez organizatora;
- podpisać oświadczenia o stanie zdrowia i starcie na własną odpowiedzialność;
- stawić się na starcie biegu o wyznaczonej dacie i godzinie

#### **10. Opłata startowa:**

- Opłata startowa wynosi 50zł lub więcej wg uznania.
- Zapisy będą dostępne od **10.02.2018, godz. 19:00 do 10.06.2018 godz. 19:00** lub do wyczerpania limitu miejsc.
- Rejestracja dostępna pod adresem : [www.kamiendwernik.com](http://www.kamiendwernik.com). Organizator zastrzega sobie prawo do przedłużenia zapisów jeśli limity miejsc na poszczególne trasy nie będą wykorzystane.
- Opłatę startową należy wpłacić do 7 dni po rejestracji, w przeciwnym wypadku miejsce się zwalnia, a o kolejności na liście startowej będzie decydowała kolejność wpłat.

Dane do przelewu:

**Fundacja Dzieciom "Zdażyć z Pomocą"**

**Alior Bank S.A. 42 2490 0005 0000 4600 7549 3994**

**tytułem: 26709 Wojtasik Maja DKT21 lub DKT10 + Imię i Nazwisko**

**(Całość opłaty startowej będzie przekazane dla Mai)**

Opłata startowa może zostać zwrócona w całości do 14dni od jej wpłynięcia na konto organizatora. Po tym okresie możliwe jest jedynie jej częściowe zwrócenie. Jednak istnieje możliwość przepisania pakietu startowego na innego zawodnika. W celu przepisania pakietu należy przesłać odpowiednie oświadczenie na mail organizatora ([kontakt@kamiendwernik.com](mailto:kontakt@kamiendwernik.com)) tylko i wyłącznie z adresu e-mail podanego podczas rejestracji. Pakiet zostanie przepisany na innego wskazanego zawodnika. Przepisanie pakietu jest możliwe **do 15.07.2018.**

#### **11. Świadczenia:**

W ramach opłaty startowej zawodnicy otrzymają:

- Elektroniczny pomiar czasu, chip i numer startowy
- pakiet startowy
- napoje izotoniczne, wodę, colę, na punktach odżywczych – posiłek po biegu, z niespodzianką – zabezpieczenie i pomoc medyczną – medal za ukończenie biegu – upominki (w zależności od liczby zawodników i pozyskanych sponsorów) – kupon na losowanie nagród po biegu oraz licytację.

#### **12. Zasady panujące w czasie biegu:**

- w trakcie całych zawodów należy poruszać się wyłącznie po trasie wskazanej przez Organizatora;
- obowiązuje bezwzględny zakaz śmiecenia (wszystkie śmieci należy zostawiać na punktach) i niszczenia przyrody, wszelkie naruszenia tego punktu będą karane dyskwalifikacją lub karą czasową – oraz może zdarzyć się publiczna nagana przy wszystkich zawodnikach i kibicach!

#### **13. Klasyfikacje:**

- Klasyfikacja generalna Kobiet i Mężczyzn Dla najlepszych przewidziane upominki, w zależności od pozyskanych sponsorów, pula nagród może się powiększać jak i mogą zostać wprowadzone dodatkowe klasyfikacje.

#### **14. Bezpieczeństwo:**

1. Na trasie biegu limit czasu wynosi 4h dla DKT21 i 2:30h dla DKT10. Dodatkowe limity mogą być określone na poszczególnych punktach odżywczych. Zawodnicy, którzy nie zmieszczą się w limitach będą zdejmowani z trasy.

2. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę. W sytuacjach wyjątkowych istnieje możliwość skrócenia trasy, lub zmiany jej przebiegu.

3. Każdy z zawodników zobowiązuje się do przestrzegania przepisów ruchu drogowego, nie wbiegania na drogę publiczną bez zgody osób kierujących ruchem i korzystanie z chodnika, lub pobocza. Trasa biegu zakłada dwa przebiegnięcia przez drogę publiczną, prosimy w tych dwóch punktach zachować szczególną ostrożność i postępować zgodnie z komendami kierującego ruchem.

4. W przypadku rezygnacji z dalszego biegu, należy o tym poinformować organizatora lub ekipę na punkcie odżywczym. W sytuacji nie poinformowania o tym istnieje możliwość przeniesienia kosztów akcji poszukiwawczej na zawodnika.

#### **15. Dane osobowe i ochrona wizerunku:**

– Uczestnictwo w zawodach wiąże się z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów.

– Uczestnictwo w zawodach wiąże się z wyrażeniem zgody na publikację wizerunku uczestnika w materiałach promocyjnych, na stronie biegu jak i profilu społecznościowym biegu, oraz na publikację imienia i nazwiska na listach startowych i wynikach z biegu.

#### **16. Postanowienia końcowe:**

Wszyscy zawodnicy w czasie biegu muszą mieć przypięte w widocznym miejscu numery startowe. Zgubienie lub nie oddanie nru startowego/chipa pomiaru czasu wiąże się z karą do 100zł.

Przed i po biegu będzie możliwość skorzystania z toalety jak i Dwernickiego SPA.

Dwernik Kamień Trail jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu, wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.

Organizator zastrzega wprowadzenie dodatkowych klasyfikacji i nagród w zależności od pomocy darczyńców.

Zapis na listę startową biegu jest równoznaczny z akceptacją niniejszego regulaminu oraz wyrażeniem zgody na otrzymywanie informacji mailowych wysyłanych przez organizatora na mail podany podczas rejestracji.

Wszelkie pytania prosimy kierować na adres: kontakt@kamiendwernik.com oraz nry telefonów Adam 600 914 313, Arek 660 200 844, Tomek 604 172 241 w godzinach pon-pt 17:00 do 20:00 lub w sytuacji braku uzyskania połączenia wiadomość SMS.