

**Regulamin III edycji zawodów:  
Europejski Festiwal Biegowy – Dwa Beskidy  
30.06 – 02.07.2023 Krynica Zdrój**

**CELE IMPREZY**

- promocja województwa Małopolskiego,
- promocja III Igrzysk Europejskich Kraków – Małopolska 2023,
- popularyzacja biegów górskich i terenowych,

promocja terenów Miasta i Gminy Krynica – Zdrój,

- promocja Uzdrowiska Krynica – Żegiestów,
- promocja walorów turystycznych Beskidu Sądeckiego oraz Beskidu Niskiego,
- promocja wód mineralnych jako prawdziwego skarbu Sądecczyzny,
- promocja walorów przyrodniczych i kulturowych Beskidów,
- popularyzacja i upowszechnienie biegania jako ogólnie dostępnej oraz najprostszej formy sportu i rekreacji,
- propagowanie zdrowego trybu życia oraz aktywnego wypoczynku.

**ORGANIZATOR**

Fundacja Na Ratunek  
Świniarsko 512, 33 – 395 Chełmiec

KRS: 0000518401  
NIP: 734-352-77-10  
REGON: 123213396

**PARTNER GŁÓWNY**

- Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego

**PARTNERZY**

- Igrzyska Europejskie 2023 Sp. z o.o,
- Urząd Miasta i Gminy Krynica – Zdrój,
- HOKA
- COROS POLSKA
- Interreg Poland - Slovakia
- Centrum Kultury w Krynicy-Zdroju
- Słotwiny Arena Ski & Bike Park,
- Wieża widokowa Krynica-Zdrój
- Uzdrowisko Krynica – Żegiestów S.A.,
- Kryniczanka - Naturalna Woda Mineralna

- JUST HERO
- Nadleśnictwo Nawojowa,
- Nadleśnictwo Piwniczna,
- Nadleśnictwo Łosie,
- Leśny Zakład Doświadczalny Krynica,
- Kolej Gondolowa Jaworzyna Krynicka S.A.,
- Ośrodek Narciarski Henryk-Ski,
- Master – Ski Tylicz,
- Stacja Narciarska Tylicz Ski,
- Dom Wypoczynkowy „Endorfina”.

#### **PARTNERZY MEDIALNI:**

- Bieganie.pl,
- Kingrunner,
- miastoNS.pl,
- Biegam Bo Lubię,
- Radio Kraków,
- TVP3 Kraków,
- Krynica TV,
- Moja KRYNICA.

#### **TERMIN I MIEJSCE**

30.06 – 02.07.2023r. piątek – niedziela

baza zawodów: Stare Łazienki Mineralne w Krynicy – Zdroju.

#### **TRASY**

**W ramach III edycji Europejskiego Festiwalu Biegowego “Dwa Beskidy” 2023 rozegrane zostaną następujące biegi i konkurencje:**

- **Biegi deptaka dla dzieci i młodzieży – Słotwiny Arena Junior,**
- **Marsz Seniora o Puchar Uzdrawiska Krynica – Zdrój na dystansie 1 km;**
- **EFB 5 km – Piątka Małopolska,**
- **EFB 10 km – Małopolska Dycha,**
- **EFB 20 km – Słotwiny Arena – start / meta Deptak Krynica – Zdrój,**
- **EFB 40 km – Powrót Nikifora – start / meta Deptak Krynica – Zdrój,**
- **EFB 60 km – Aria Kiepury z Programem Interreg Polska – Słowacja – start / meta Deptak Krynica – Zdrój,**
- **EFB 100 km – Igrzyskowa Setka – bieg w ramach III Igrzysk Europejskich w dyscyplinie biegów górskich – start / meta Deptak Krynica – Zdrój;**
- **Super Puchar Małopolski – łączny start w trzech dystansach: EFB 5 km Piątka Małopolska + EFB 20 km Słotwiny Arena + EFB 10 km – Małopolska Dycha;**

#### **PROGRAM ZAWODÓW**

**30.06.2023 r. PIĄTEK**

- **godz. 15:00** – otwarcie biura zawodów Deptak Krynica – Zdrój, rejestracja uczestników, wydawanie pakietów startowych;
- **godz. 19:00** – start zawodów **EFB 5 km Piątka Małopolska**;
- **godz. 20:00** – zamknięcie mety zawodów: **EFB 5 km Piątka Małopolska**;
- **godz. 20:30** – odprawa techniczna;
- **godz. 23:00** – zamknięcie biura zawodów;
- **Uwaga!!!** Pakiety startowe na dystans Krynicka Setka oraz Aria Kiepuru wydawane są tylko w piątek 30.06.2023 do godz. 23:00.

### 01.07. 2023r. SOBOTA

- **godz. 03:00** – start zawodów **EFB 100 km – Igrzyskowa Setka** – Deptak Krynica – Zdrój;
- **godz. 06:00** – otwarcie biura zawodów;
- **godz. 06:00** – start zawodów **EFB 60 km – Aria Kiepuru z Programem Interreg Polska – Słowacja** – Deptak Krynica – Zdrój;
- **godz. 07:00** – start zawodów **EFB 20 km – Slotwiny Arena 20 km** – Deptak Krynica – Zdrój;
- **godz. 08:00** – start zawodów **EFB 40 km – Powrót Nikifora** – Deptak Krynica – Zdrój;
- **godz. 10:30** – rozpoczęcie rodzinnego festynu na deptaku;
- **godz. 10:00** – otwarcie bufetu;
- **godz. 11:00** – zamknięcie mety zawodów: **EFB 20 km – Slotwiny Arena**;
- **godz. 12:00** – rozpoczęcie imprez towarzyszących;
- **godz. 16:00** – zamknięcie mety zawodów: **EFB 43 km – Powrót Nikifora** – deptak Krynica – Zdrój;
- **godz. 17:00** – Marsz Seniora o Puchar Uzdrowiska Krynica – Zdrój;
- **godz. 18:00** – zamknięcie mety zawodów: **EFB 60 km – Aria Kiepuru z Programem Interreg Polska – Słowacja** – deptak Krynica – Zdrój;
- **godz. 20:00** – ceremonia wręczenia medali Igrzysk Europejskich dla najlepszych zawodniczek i zawodników z dystansu 100 km Krynicka Setka
- **godz. 24:00** – zamknięcie mety zawodów: **EFB 100 km – Igrzyskowa Setka** – deptak Krynica – Zdrój.

### 02.07.2023r. NIEDZIELA

- **godz. 07:00** – otwarcie biura zawodów Deptak – Krynica – Zdrój, rejestracja uczestników, wydawanie pakietów startowych;
- **godz. 09:00** – start uczestników biegu **EFB 10 km Małopolska Dycha** – Deptak Krynica Zdrój;
- **godz. 11:00** – zamknięcie mety zawodów: **EFB 10 km – Małopolska Dycha** – Deptak Krynica – Zdrój;
- **godz. 12:00** – **Biegi deptaka dla dzieci i młodzieży – Slotwiny Arena Junior**;
- **godz. 13:00** – oficjalne zakończenie zawodów, dekoracja zwycięzców, **konkurs z nagrodami** – Deptak Krynica – Zdrój;

\*UWAGA – Program minutowy może ulec zmianie, o czym organizator zobowiązuje się poinformować uczestników drogą mailową oraz poprzez osobny komunikat zamieszczony na stronie i w social mediach.

## KONTAKT

W sprawach związanych z udziałem w zawodach można kontaktować się:

- e-mail: [biuro@europejskifestiwalbiegowy.pl](mailto:biuro@europejskifestiwalbiegowy.pl)
- oraz numerem telefonu: 507 053 657 – Sławomir Konopka.

## WARUNKI UCZESTNICTWA

- Zawodnicy startują indywidualnie.
- Uczestnikiem zawodów może być osoba, która najpóźniej w dniu 30.06.2023r. ukończy 18 lat, za wyjątkiem biegów dla dzieci i młodzieży oraz EFB “Dwa Beskidy” 5 km Piątka Małopolska, w którym dopuszcza się udział zawodników w wieku od 16 lat.
- Osoby niepełnoletnie w wieku 16-17 lat, mogą uczestniczyć w biegach: EFB “Dwa Beskidy” 5 km tylko za zgodą rodziców, lub opiekunów prawnych.
- Zawodnicy zgłaszając się do biegu własnoręcznie podpisują oświadczenie, że startują w biegu na własną odpowiedzialność oraz że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w długodystansowym biegu górskim.
- Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów, gdzie osobiście odbierają pakiet startowy.
- Każdy z zawodników winien wnieść opłatę startową według obowiązującego cennika oraz stawić się na start biegu z wyposażeniem obowiązkowym.
- Wszyscy zawodnicy są zobligowani do przestrzegania regulaminu zawodów.
- Organizator zastrzega sobie prawo wycofania zawodnika z trasy (a tym samym zdyskwalifikowania) w przypadku nieodnotowania obecności zawodnika lub braku odczytu pomiaru czasu w punkcie kontrolnym lub w punkcie pomiaru czasu.
- Osoby, które nie będą przestrzegać warunków uczestnictwa obciążone zostaną odpowiedzialnością finansową za ich naruszenie.

## ZGŁOSZENIA I ZAPISY

Zgłoszeń można dokonywać drogą elektroniczną poprzez formularz zgłoszeniowy.

Organizator ustala limit zgłoszeń wynoszący:

- Biegi deptaka dla dzieci i młodzieży „Słotwiny Arena Junior” – 200 osób,
- Marsz Seniora o Puchar Uzdrowiska Krynica – Zdrój – 200 osób;
- EFB 5 km Piątka Małopolska – 300 osób,
- EFB 10 km Małopolska Dycha – 300 osób,
- EFB 20 km – Słotwiny Arena – 500 osób,
- EFB 40 km – Powrót Nikifora – 500 osób,
- EFB 60 km – Aria Kiepur z Programem Interreg Polska – Słowacja – 500 osób,
- EFB 100 km –Igrzyskowa Setka– 500 osób.

## DALSZE POSTANOWIENIA

- Zakończenie rejestracji elektronicznej nastąpi 30.06.2023 r. lub z chwilą wyczerpania limitów.

- Osobom, które zarejestrują się po terminie 11.06.2023r. organizator nie gwarantuje pełnego pakietu startowego w dniu zawodów (będziemy się starać, by go zapewnić, ale z powodów technicznych i logistycznych może zaistnieć sytuacja, w której doślemy brakujące pozycje). Wszyscy uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych w celach związanych z ich organizacją i przeprowadzeniem.

## OPLATA STARTOWA

TRASA	Termin I – do 26.06.2023	Łączny limit miejsc	Oplata w biurze zawodów (pod warunkiem dostępności miejsc)
Biegi deptaka dla dzieci i młodzieży -Słotwiny Arena Junior	15 zł	200	15 zł
Marsz Seniora o Puchar Uzdrowiska Krynica – Zdrój	20 zł	200	20 zł
EFB 5 km Piątka Małopolska	30 zł	300	50 zł
EFB 10 km – Małopolska Dycha	60 zł	300	75 zł
EFB 20 km – Słotwiny Arena	80 zł	500	100 zł
EFB 42 km – Powrót Nikifora	90 zł	500	120 zł
EFB 60 km – Aria Kiepury z Programem Interreg Polska – Słowacja	110 zł	500	130 zł
EFB 100 km – Igrzyskowa Setka	130 zł	500	150 zł

### Oplata za bieg:

Konto: Łącki Bank Spółdzielczy 17 8805 0009 0047 9314 2000 0090

Tytuł wpłaty: Imię i nazwisko, dystans oraz kod wygenerowany z systemu rejestracyjnego;

### Dla wpłat z zagranicy:

kod SWIFT Banku: POLUPLPR

IBAN: PL 17 8805 0009 0047 9314 2000 0090

- W przypadku opłaty za kilku (trzech i więcej) uczestników prosimy o przesłanie wykazu osób opłaconych na adres: [biuro@europejskifestiwalbiegowy.pl](mailto:biuro@europejskifestiwalbiegowy.pl)
- W sytuacji gdy zawody zostaną odwołane przez organizatora z jego powodu, zwrócone zostanie 100% opłaty startowej;
- W sytuacji gdy zawody zostaną odwołane z przyczyn niezależnych od organizatora (nakaz ustawodawcy, pandemia, klęski żywiołowe) organizator zwraca 70% opłaty startowej.
- W przypadku rezygnacji uczestnika zarejestrowanego do 31.05.2023r organizator zwraca 70% kwoty wpisowego;

- Po terminie 31.05.2023r. organizator nie zwraca opłat startowych;
- Organizator dopuszcza przekazywanie wpisowego oraz miejsca na liście startowej na rzecz innej osoby – najpóźniej do dnia 31.05.2023r po uiszczeniu opłaty administracyjnej w wysokości 30 zł;
- **Faktury za udział w biegu są wystawiane maksymalnie do 15 dnia następnego miesiąca od daty wpłaty!!! – po tym terminie nie ma możliwości wystawienia faktury – w celu otrzymania faktury należy wysłać dane do wystawienia f-ry na adres mailowy: [biuro@europejskifestiwalbiegowy.pl](mailto:biuro@europejskifestiwalbiegowy.pl)**
- Organizator zabrania odsprzedawania pakietu startowego innym osobom pod groźbą dożywotniej dyskwalifikacji we wszystkich zawodach organizowanych przez Fundację Na Ratunek!!!;
- Organizator nie zwraca opłaty startowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w zawodach;
- Organizator nie odpowiada za zaginięcie przelewu bankowego z winy poczty lub banku;

## **WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE**

W trakcie trwania całych zawodów każdy zawodnik musi posiadać przy sobie wyposażenie obowiązkowe, które będzie weryfikowane w biurze zawodów oraz podczas trwania biegu. Brak niezbędnego wyposażenia może skutkować dyskwalifikacją zawodnika.

### **Biegi deptaka dla dzieci i młodzieży – Słotwiny Arena Junior**

- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów).

Marsz Seniora o Puchar Uzdrowiska Krynica – Zdrój na dystansie 1 km

- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów).

### **EFB 5 / 10 km – Piątka Małopolska / Małopolska Dycha**

- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów);
- chip (przekazany od organizatora biegu).

### **EFB 20 km – Słotwiny Arena:**

- włączony i naładowany telefon,
- kubek na napoje (organizator dopuszcza użycie bidonu),
- folia NRC,
- obuwiu przeznaczone do biegów górskich,
- odzież adekwatną do panujących warunków atmosferycznych,
- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów),
- chip (przekazany od organizatora biegu).

## **EFB 40 km – Powrót Nikifora / EFB 60 km – Aria Kiepury z Programem Interreg Polska – Słowacja**

- włączony i naładowany telefon,
- plecak biegowy lub nerka biegowa mieszczący cały sprzęt obowiązkowy,
- pojemnik lub bidony na wodę o pojemności min 1 litra,
- kubek na napoje (organizator dopuszcza użycie bidonu),
- folia NRC,
- czapka lub chusta typu buff,
- obuwiu przeznaczone do biegów górskich,
- odzież adekwatną do panujących warunków atmosferycznych,
- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów),
- mapa trasy zawodów – przekazana w pakiecie startowym przez organizatora.

## **EFB 100 km – Krynicka Setka**

- włączony i naładowany telefon,
- plecak biegowy lub nerka biegowa mieszczący cały sprzęt obowiązkowy,
- pojemnik lub bidony na wodę o pojemności min 1 litra,
- kubek na napoje (organizator dopuszcza użycie bidonu),
- latarka czołówka,
- czerwone światło pulsacyjne umieszczone z tyłu, np. na plecaku biegowym włączone po zmroku,
- folia NRC,
- czapka lub chusta typu buff,
- kurtka wiatroodporna,
- obuwiu przeznaczone do biegów górskich,
- gwizdek,
- bandaż elastyczny oraz opatrunek jałowy,
- numer startowy (przymocowany z przodu na klatce piersiowej lub pasie, widoczny przez cały czas trwania zawodów),
- mapa trasy zawodów – przekazana w pakiecie startowym przez organizatora.

Ostateczna lista obowiązkowego wyposażenia może ulec zmianie na podstawie przewidywanej pogody i podana zostanie na odprawie technicznej dn. 30.06.2023 r. Organizator zastrzega sobie sprawdzenie obowiązkowego wyposażenia w dowolnym momencie trwania zawodów. Za brak jednej pozycji zostanie naliczona kara czasowa w wymiarze 30 minut, za brak dwóch pozycji w wymiarze 60 minut. W przypadku braku trzech lub więcej pozycji zawodnikowi grozi dyskwalifikacja.

## **ŚWIADCZENIA STARTOWE**

Każdy zarejestrowany Zawodnik w ramach wpisowego otrzyma następujące świadczenia startowe:

- numer startowy wraz z chipem do pomiaru czasu,
- zabezpieczenie medyczne w trakcie trwania zawodów,
- pamiątkowa koszulka techniczna,
- profesjonalny pomiar czasu,

- oznakowaną trasę,
- lekkie posiłki (słodycze, owoce, wodę, napoje izotoniczne, napoje typu coca-cola serwowane zgodnie z wykazem punktów odżywczych),
- przepak dla uczestników biegu **EFB 100 km – Igrzyskowa Setka–PK Krynica – Zdrój**,
- worek na przepak,
- worek na depozyt,
- ciepły posiłek po zakończeniu zawodów,
- ubezpieczenie NNW oraz KL na czas trwania zawodów,
- pamiątkowy medal,
- mapę tras,
- puchary i nagrody dla zwycięzców,
- depozyt w bazie zawodów,
- obsługę techniczną,
- zmęczenie i zadowolenie,
- udział w losowaniu nagród (dla osób, które będą osobiście obecne na ceremonii zakończenia),
- dodatkowe świadczenia w zależności od pozyskanych sponsorów (informacje będą się pojawiać na bieżąco na stronie internetowej biegu oraz fb).

Osobom, które zarejestrują się po dniu 15.06.2023r. organizator nie gwarantuje pełnego pakietu startowego w dniu zawodów (będziemy się starać by je zapewnić, ale z powodu wcześniejszego zamówienia wykonania poszczególnych świadczeń może zaistnieć sytuacja dostania brakujących pozycji);

## **KLASYFIKACJA**

### **Biegi deptaka dla dzieci i młodzieży**

Klasyfikacja będzie prowadzona w następujących kategoriach dziewczynek i chłopców:

- 0-3 lat (roczniki 2020 – 2023)
- 4-6 lat (roczniki 2017 – 2019)
- 7-9 lat (roczniki 2014 – 2016)
- 10-12 lat (roczniki 2011 – 2013)
- 13-15 lat (roczniki 2008 – 2010)

Marsz Seniora o Puchar Uzdrowiska Krynica – Zdrój

- open kobiet,
- open mężczyzn,

**EFB 5 km Piątka Małopolska / EFB 10 km Małopolska Dycha / EFB 20 km – Słotwiny Arena / EFB 40 km – Powrót Nikifora / EFB 60 km – Aria Kiepur z Programem Interreg Polska – Słowacja / EFB 100 km – Igrzyskowa Setka:**

Klasyfikacja będzie prowadzona w 2 głównych kategoriach indywidualnej damskiej i męskiej.

- open kobiet,



- open mężczyzn,
- kategorie wiekowe:
  - senior kobiet / mężczyzn (18-35 lat roczniki 2005 – 1988),
  - master kobiet /mężczyzn (36-45 lat roczniki 1987 – 1978),
  - weteran kobiet / mężczyzn (46-60 lat roczniki 1977 – 1963),
  - master weteran kobiet / mężczyzn (od 61 lat rocznik 1962 i starsi).

#### Super Puchar Małopolski:

- open kobiet,
- open mężczyzn,

Aby wziąć udział w klasyfikacji Super Puchar Małopolski należy wystartować w trzech biegach w ramach Europejskiego Festiwalu Biegowego:

- **EFB 5 km Piątka Małopolska w dn. 30.06.2023;**
- **EFB 20 km – Słotwiny Arena w dn. 01.07.2023;**
- **EFB 10 km Małopolska Dycha w dn. 02.07.2023;**

Klasyfikacja zawodników powstaje w wyniku sumy czasów uzyskanych na poszczególnych dystansach w ramach pucharu. Zwycięzcą zostaje zawodnik z najkrótszym łącznym czasem pokonania wszystkich trzech dystansów.

Zawodnicy sklasyfikowani na pozycjach 1 – 3 w kategorii open kobiet i mężczyzn nie są klasyfikowani w swoich kategoriach wiekowych.

Warunkiem nagrodzenia zawodników w poszczególnych kategoriach wiekowych (senior, master, weteran, diament) jest udział co najmniej 100 uczestników na danym dystansie.

#### PUNKTY KONTROLNE I ŻYWIENIOWE

<b>PUNKT KONTROLNY</b>	<b>Napoje woda / izo /cola</b>	<b>OWOCE WARZYWA</b>	<b>SŁODYCZE</b>	<b>CIEPŁY POSIŁEK</b>	<b>DYSTANS</b>
<b>Jaworzyna Krynicka</b>	X	X	X		EFB 20 km EFB 60 km EFB 100km
<b>Łabowska Hala</b>	X	X	X		EFB 100km
<b>Bacówka Nad Wierchomlą</b>	X	X	X		EFB 100km
<b>Pensjonat „Endorfina” – Szczawnik</b>	X	X	X		EFB 100km

<b>Krynica – Zdrój Deptak</b>	X	X	X	dla zawodników z dystansu 100 km	EFB 5 km EFB 10 km EFB 60 km EFB 100km
<b>Przełęcz Beskid</b>	X	X	X		EFB 40 km EFB 60 km EFB 100 km
<b>Tylicz SKI</b>	X	X	X		EFB 40 km EFB 60 km EFB 100 km

## PRZEPAKI

Organizator zabezpieczy i przygotuje przepak dla uczestników biegu: **EFB 100 km – Krynicka Setka** tylko i wyłącznie w workach znajdujących się w pakiecie startowym.

PRZEPAK zorganizowany na punkcie kontrolnym Deptak Krynica – Zdrój.

## LIMITY CZASOWE

Trasa	Start	Meta	Limit czasowy	Limit czasu na Punkcie kontrolnym
Biegi deptaka dla dzieci i młodzieży	12:00	13:00	Bez limitu	Nie ma limitów cząstkowych
Marsz Seniora o Puchar Uzdrowiska Krynica – Zdrój	17:00	17:30	Bez limitu	Nie ma limitów cząstkowych
EFB 5 km Piątka Małopolska	19:00	20:00	1 godz.	Nie ma limitów cząstkowych
EFB 10 km – Małopolska Dycha	09:00	11:00	2 godz.	Nie ma limitów cząstkowych
EFB 20 km – Słotwiny Arena	07:00	11:00	4 godz.	Nie ma limitów cząstkowych
EFB 40 km – Powrót Nikifora	08:00	16:00	8 godz.	Nie ma limitów cząstkowych
EFB 60 km – Aria Kiepur z Programem Interreg Polska – Słowacja	06:30	18:30	12 godz.	Nie ma limitów cząstkowych
EFB 100 km – Krynicka Setka	03:00	24:00	21 godz.	15:30 PK Krynica – Zdrój Deptak – 12:30 godz. od startu

## Nagrody dla zwycięzców

Aby zostać sklasyfikowanym należy ukończyć bieg w wyznaczonym limicie czasowym zgodnym z wykazem dla poszczególnych biegów. O miejscu końcowym decyduje czas przekroczenia linii mety wynikający z pomiaru prowadzonego przez organizatora. Wszelkie

sprawy sporne należy niezwłocznie zgłaszać do sędziego głównego, którego decyzje są ostateczne. Osoby, które będą skracać trasę biegu oraz naruszać obowiązujące przepisy niniejszego regulaminu będą natychmiastowo dyskwalifikowane. Dopuszczalna jest pomoc osób trzecich wyłącznie w zakresie dopingowania na trasie zawodów.

LP	trasa	I miejsce	II miejsce	III miejsce	IV miejsce	V miejsce	VI miejsce
1	EFB biegi dla dzieci – Słotwiny Arena Junior	nagroda rzeczowa	nagroda rzeczowa	nagroda rzeczowa	–	–	–
2	Marsz Seniora o Puchar Uzdrowiska Krynica – Zdrój	nagroda rzeczowa	nagroda rzeczowa	nagroda rzeczowa	–	–	–
3	EFB 5 km Piątka Małopolska	500 zł	300 zł	200 zł	–	–	–
4	EFB 10 km Małopolska Dycha	1000 zł	800 zł	500 zł	–	–	–
5	EFB 20 km Słotwiny Arena	1500 zł	1000 zł	800 zł	–	–	–
6	EFB 42 km Powrót Nikifora	2000 zł	1500 zł	1000 zł	–	–	–
7	EFB 60 km Aria Kiepury z Programem Interreg Polska – Słowacja	2500 zł	2000 zł	1500 zł	–	–	–
8	EFB 100 km Krynicka Setka	50 000 zł	10 000 zł	5000 zł	4000 zł	3000 zł	2000 zł
9	Super Puchar Małopolski	nagroda rzeczowa	nagroda rzeczowa	nagroda rzeczowa	–	–	–

#### Nagrody w kategoriach wiekowych:

LP	trasa	I miejsce	II miejsce	III miejsce
1	EFB 10 km Małopolska Dycha	300 zł	200 zł	100 zł
2	EFB 20 km Słotwiny Arena	300 zł	200 zł	100 zł
3	EFB 42 km Powrót Nikifora	300 zł	200 zł	100 zł
4	EFB 60 km Aria Kiepury z Programem Interreg Polska – Słowacja	300 zł	200 zł	100 zł
5	EFB 100 km Krynicka Setka	300 zł	200 zł	100 zł

Aby zostać sklasyfikowanym należy ukończyć bieg w wyznaczonym limicie czasowym zgodnym z wykazem dla poszczególnych biegów. O miejscu końcowym decyduje czas przekroczenia linii mety wynikający z pomiaru prowadzonego przez Organizatora. Wszelkie

sprawy sporne należy niezwłocznie zgłaszać do Sędziego Głównego, którego decyzje są ostateczne. Osoby, które będą skracać trasę biegu oraz naruszać obowiązujące przepisy niniejszego regulaminu będą natychmiastowo dyskwalifikowane. Dopuszczalna jest pomoc osób trzecich wyłącznie w zakresie dopingowania na trasie zawodów.

## **ZABEZPIECZENIE I OZNACZENIE TRASY**

Zabezpieczenie zawodników na trasie zapewnia Organizator przy współpracy z jednostkami samorządowymi, ratownikami Fundacji Na Ratunek oraz wolontariuszami wspierającymi zabezpieczenie trasy. Każdy zawodnik na numerze startowym będzie miał umieszczony spis numerów telefonów alarmowych. Trasa oznaczona będzie przy użyciu taśm z logo biegu oraz strzałek kierunkowych namalowanych na drogach.

## **REZYGNACJA Z KONTYNUOWANIA ZAWODÓW**

- Jeżeli zdarzy się konieczność przerwania kontynuacji zawodów z przyczyny kontuzji lub urazu zawodnik musi niezwłocznie powiadomić organizatora na wskazany podczas odprawy i umieszczony na nr startowym nr telefonu. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej;
- Uczestnicy powinni w miarę możliwości zrezygnować z udziału w zawodach na punktach kontrolnych;
- Organizator zapewnia transport uczestników do bazy zawodów stosownie do posiadanych wolnych pojazdów ewakuacyjnych – bardzo prawdopodobne, że czas oczekiwania na pojazd ewakuacyjny może być długi, dlatego zadaniem zawodnika jest dostać się do najbliższego punktu kontrolnego samodzielnie lub / i z pomocą innych uczestników biegu, gdzie będzie miał zapewnione ciepłe miejsce, pierwszą pomoc przedmedyczną oraz posiłek i odpoczynek w trakcie oczekiwania na zwiezienie do bazy;

## **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- Nieprzestrzeganie Regulaminu Zawodów grozi dyskwalifikacją Zawodnika;
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w Regulaminie Zawodów. Informacje o zmianach w Regulaminie Zawodów pojawią się na stronie internetowej Zawodów, ogłoszone w osobnym komunikacie;
- Ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu należy wyłącznie do Organizatorów Zawodów;
- Wszystkich zawodników zawodów na trasie obowiązują zasady fair-play i bezwzględny zakaz ingerowania w oznakowanie trasy, niszczenie przyrody;
- Wszyscy zawodnicy zwracają uwagę na urazy i kontuzje innych uczestników zawodów i zobowiązani są do udzielenia pomocy osobom potrzebującym oraz powiadomienie telefonicznie na nr alarmowy o zaistniałym zdarzeniu, rodzaju kontuzji, miejscu i numeru zawodnika, który doznał kontuzji;
- Organizator rezerwuje sobie prawo do zmiany trasy, skrócenia lub odwołania zawodów w przypadku złych warunków pogodowych lub innych zewnętrznych czynników mogących zagrażać bezpieczeństwu uczestników bez prawa zwrotu wpisowego;
- W czasie biegu zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania przepisów o ochronie przyrody oraz przeciwpożarowych;

- Zabrania się śmiecenia i wyrzucania opakowań po żelach, batonach w miejscach do tego nie wyznaczonych. Zawodnicy nie stosujący się do tego postanowienia, którzy zostaną przyłapani na celowym wyrzucaniu i śmieceniu na trasie zawodów zostaną obciążeni fakturą w kwocie 500 zł netto. W sytuacji powtarzania się proceduru zostaną zdyskwalifikowani z udziału we wszystkich imprezach biegowych organizowanych przez Fundację Na Ratunek;
- Zabrania się schodzenia z wyznaczonej trasy, hałasowania w trakcie trwania zawodów, szczególnie zakłócania ciszy i płoszenia zwierzyny;
- W czasie zawodów uczestnicy zobowiązani są do poruszania się wyłącznie wyznaczoną trasą biegu. Za skrócenie lub opuszczenie trasy grozi dyskwalifikacja lub kara czasowa. Decyzję w tej kwestii podejmuje Sędzia Główny zawodów
- Wszystkie kwestie sporne wynikające z rywalizacji sportowej rozstrzyga Sędzia Główny zawodów.
- Zawodnicy mają prawo wnieść protest odnoszący się do wyników lub klasyfikacji maksymalnie do 1 godz. od chwili zamknięcia linii mety. Protesty rozpatruje Sędzia Główny zawodów.
- Uczestnicy zawodów zezwalają na publikację swojego wizerunku w materiałach dotyczących zawodów, w szczególności w relacjach z zawodów oraz materiałach promocyjnych Zawodów;
- Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych w zakresie niezbędnym do prawidłowego przeprowadzenia zawodów;
- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorom zawodów Europejski Festiwal Biegowy;
- Ewentualne zmiany Regulaminu będą publikowane na stronie zawodów: **[www.europejskifestiwalbiegowy.pl](http://www.europejskifestiwalbiegowy.pl)** Uczestnicy są zobowiązani do zapoznania się ze zmianami;
- na trasie biegu dozwolone jest używanie kiji. Zawodnicy używający kiji powinni używać ich w sposób niezagrażający pozostałym uczestnikom zawodów. Kije można zostawić tylko na punkcie przepakowym.
- support dozwolony jest tylko na punktach kontrolno-odżywczych w specjalnie wyznaczonych do tego strefach. Wszelka pomoc zawodnikom poza specjalnymi strefami będzie karana dyskwalifikacją lub karą czasową, o której decyduje Sędzia Główny zawodów. Każdemu zawodnikowi, supportu może udzielać nie więcej niż jedna osoba. Osoby supportujące mogą znajdować się w strefie tylko w chwili udzielania supportu, po tym czasie zobowiązane są opuścić strefę i umożliwienie udzielenia supportu pozostałym zawodnikom.
- zawodnicy zobowiązani są pojawić się w strefie startu 30min przed biegiem w celu przeprowadzenia kontroli obowiązkowego wyposażenia.
- o kolejności ustawienia zawodników na linii startu decyduje organizator
- w strefie startu organizator będzie informował o czasie jaki pozostał do startu. Co 5 minut, ostatnie 10 min co minutę, ostatnia minuta co 15 sek, ostatnie 10 sek odliczanie!
- start odbywa się po komendzie „START” lub wystrzale startera
- na trasie biegu zawodnicy zobowiązani są do zachowania ostrożności i omijania turystów, pieszych ect
- Zawody na dystansach 100 / 60 / 43 / 20 odbędą się na trasach wyznaczonych na terenach leśnych, górskich. W trakcie zawodów uczestnicy mogą przekraczać drogi publiczne. W ciągu dróg publicznych wykorzystywanych do przeprowadzenia zawodów nie przewiduje się organizować miejsc wyłączonych z ruchu publicznego, ruch odbywać się będzie na zasadach otwartych, więc nie będzie ograniczeń ruchu

drogowego dla poruszania się pojazdów uprzywilejowanych oraz innych użytkowników dróg publicznych. Uczestnicy stosują się do obowiązujących zasad ruchu drogowego.

- podczas zawodów przeprowadzona zostanie kontrola antydopingowa. Zawodnicy wskazani przez organizatora oraz zawodnicy z miejsc 1-3 po przekroczeniu linii mety zobowiązani są udać się do wskazanego przez organizatora punktu kontroli antydopingowej. Ponadto organizator, może przeprowadzić dodatkową kontrolę wśród losowo wybranych uczestników. Zawodnicy którzy nie zgłoszą się do kontroli zostaną zdyskwalifikowani.
- w przypadku gdy zawodnik uzyska pozytywny wyniki testu anty-dopingowego, zostanie zdyskwalifikowany.
- organizator przekaze nagrody, po uzyskaniu z laboratorium wyników kontroli antydopingowej.
- każdy zawodnik jest zobowiązany do zapoznania się z mapą biegu przekazaną przez organizatora
- w razie wątpliwości dotyczących przebiegu trasy zawodnik w pierwszej kolejności powinien kierować się oznaczeniami organizatora (taśmy lub strzałki kierunkowe) w drugiej kolejności mapą przekazaną w pakiecie. Plik GPX stanowi dodatek do dwóch powyższych, a jego przebieg może nieznacznie odbiegać od rzeczywistego przebiegu trasy w terenie.
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za zmianę przebiegu trasy wynikającą z przeniesienia oznaczeń trasy przez osoby trzecie. Jednocześnie organizator zapewnia, że dokona wszelkich starań by do takich sytuacji nie dochodziło.
- na trasach 20km, 60km i 100km zawodnicy pokonują „Ścieżkę w Koronach Drzew”, najpierw wbiegając na jej klatkę schodową znajdującą się bliżej stoku narciarskiego, następnie po wbiegnięciu na szczyt wieży opuszczają ją wzdłuż pomostu,
- na trasach 20km, 60km i 100km zawodnicy poruszają się po wieży widokowej „Słotwiny Arena”. W trakcie obowiązuje zakaz używania obuwia z kolcami.
- w trakcie pokonywania klatki schodowej na „Ścieżkę w Koronach Drzew – Słotwiny Arena” każdy zawodnik jest zobowiązany do zachowania ostrożności, szczególnie w trakcie wymijania innych zawodników. Zawodnik wymijający może tego dokonać tylko i wyłącznie lewą stroną po wcześniejszym ostrzeżeniu wymijanego.
- Zawodnik ma możliwość złożenia reklamacji dotyczącej rejestracji w terminie 14 dni od dokonania zgłoszenia. Reklamację należy zgłosić drogą elektroniczną na adres mailowy: [biuro@europejskifestiwalbiegowy.pl](mailto:biuro@europejskifestiwalbiegowy.pl) Czas rozpatrywania to 30 dni od dnia otrzymania.

### **Aktualizacja:**

10.05.2023r.