

# Wstępny regulamin

## IV MARATON BIEGOWY I ROWEROWY ORAZ BIEG NA 10 KM WOKÓŁ ZALEWU SULEJOWSKIEGO

### 1. Charakterystyka zawodów

Maraton wokół Zalewu Sulejowskiego, zwany dalej Maratonem to długodystansowe amatorskie zawody rowerowe i biegowe po wyznaczonej trasie, rozgrywane w okolicach Zalewu Sulejowskiego. Bieg na 10 km wokół Zalewu Sulejowskiego. Impreza odbędzie się **09 września 2017 r. w Sulejowie.**

### 2. Organizatorzy

Stowarzyszenie Cyklistów

ul. Norwida 3/5 lok. 23

94-024 Łódź

e-mail: [stowarzyszenie.cyklistow@gmail.com](mailto:stowarzyszenie.cyklistow@gmail.com)

strona www: [maraton-sulejow.pl](http://maraton-sulejow.pl) / FB [/MaratonWokolZalewuSulejowskiego/](https://www.facebook.com/MaratonWokolZalewuSulejowskiego/)

Urząd Miejski w Sulejowie

ul. Konecka 42

97-330 Sulejów

tel.: (44) 610 25 00 / 610 25 01

e-mail: [um@sulejow.pl](mailto:um@sulejow.pl)

strona www: [sulejow.pl](http://sulejow.pl)

### 3. Główni Partnerzy

Urząd Marszałkowski w Łodzi

Ul. Piłsudskiego 8

90-051 Łódź

Strona www: [lodzkie.pl](http://lodzkie.pl)

Hotel Podklasztorze

ul. Wł. Jagiełły 1

97-330 Sulejów

tel.: (44) 610 24 00 / 695 320 485

e-mail: [repcja\(at\)hotelpodklasztorze.pl](mailto:repcja(at)hotelpodklasztorze.pl)

strona www: [hotelpodklasztorze.pl](http://hotelpodklasztorze.pl)

Nadleśnictwo Piotrków Tryb.

Łęczno 101

97-330 Sulejów

tel.: (44) 645 18 40

strona www: [www.piotrkow.lodz.lasy.gov.pl](http://www.piotrkow.lodz.lasy.gov.pl)

Nadleśnictwo Smardzewice

ul. Główna 1a

97-213 Smardzewice

tel.: (44) 725 73 10

strona www: [www.smardzewice.lodz.lasy.gov.pl](http://www.smardzewice.lodz.lasy.gov.pl)

Ochotnicza Straż Pożarna w Sulejowie

Plac Straży

97-330 Sulejów

tel.: (44) 616 20 08

strona www: <https://www.facebook.com/KSRGOSPSulejow>

### 4. Patronat Honorowy

Patronat nad imprezą objęli: Marszałek Województwa Łódzkiego Witold Stępień oraz Burmistrz Sulejowa Wojciech Ostrowski.

## 5. Cele imprezy

- o zapewnienie uczestnikom rywalizacji i spędzenia w sposób aktywny wolnego czasu
- o popularyzacja kolarstwa przełajowego i biegów terenowych
- o promocja walorów turystycznych i rekreacyjnych Sulejowa, Zalewu Sulejowskiego i okolic
- o propagowanie zdrowego trybu życia, sportu, turystyki i rekreacji
- o integracja biegaczy, rowerzystów i kibiców, w tym również społeczności lokalnej

## 6. Termin i miejsce

Maraton odbędzie się 09 września 2017 r. w Sulejowie i okolicach Zalewu Sulejowskiego. Centrum zawodów będzie się znajdować w Hotelu Podklasztorze (Sulejów, ul. Wł. Jagiełły 1), mieszczącym się w zabytkowym Opactwie Cystersów - [sprawdź na mapie](#).

## 7. Centrum zawodów

W centrum zawodów działać będzie biuro zawodów, tutaj odbędzie się rozpoczęcie imprezy, start i meta. Po zakończeniu rywalizacji, na zawodników będzie tu czekał posiłek regeneracyjny. Uczestnicy będą mogli skorzystać z sanitariatów, pryszniców i stanowiska do mycia rowerów. Tutaj odbędzie się uroczyste zakończenie imprezy. Parking będzie zlokalizowany w pobliżu Opactwa Cystersów.

## 8. Noclegi

Uczestnicy mogą zarezerwować noclegi we własnym zakresie. Szczególnie warty polecenia jest pobyt w **Hotelu Podklasztorze** mieszczącym się w zabytkowych murach Opactwa Cysterskiego. Uczestnicy Maratonu mogą skorzystać z 10% rabatu na noclegi w Hotelu. W cenie zawarte jest śniadanie, możliwość korzystania z basenu, sauny i siłowni. Rezerwacji należy dokonywać indywidualnie - tel. (44) 610 24 00, [repcja@hotelpodklasztorze.pl](mailto:repcja@hotelpodklasztorze.pl). Strona internetowa - [www.hotelpodklasztorze.pl](http://www.hotelpodklasztorze.pl).

## 9. Trasy

Do wyboru są 3 trasy:

- o Maraton Rowerowy 50 km
- o Ultramaraton Biegowy 50 km
- o Bieg 10 km

Na trasach biegowych można startować z kijkami (nordic walking) jednak nie będzie prowadzonej odrębnej klasyfikacji dla tych uczestników. Trasy biegowe nie posiadają atestu PZLA. Podane dystanse są wartościami orientacyjnymi. Faktyczne dystanse mogą się różnić od podanego o +/- 0,5 km.

Trasy będą znakowane taśmami oraz dodatkowo strzałkami. W newralgicznych miejscach będą stały służby porządkowe i Policja, których zadaniem będzie wskazywanie trasy zawodnikom oraz umożliwienie włączenia się zawodników do ruchu drogowego.

## 10. Klasyfikacja

Na poszczególnych trasach będzie prowadzona klasyfikacja open kobiet i mężczyzn. Na trasach Ultramaratonu Biegowego i Maratonu Rowerowego dodatkowo prowadzona będzie klasyfikacja wiekowa.

### Kategorie wiekowe Ultramaraton Biegowy

Kobiety

K2 - 18-29 lat

K3 - 30-39 lat

K4 - 40-49 lat

K5 - pow. 50 lat

Mężczyźni

M2 - 18-29 lat

M3 - 30-39 lat

M4 - 40-49 lat

M5 - pow. 50 lat

### **Kategorie wiekowe Maraton Rowerowy**

Kobiety

K1 - 16-21 lat

K2 - 22-29 lat

K3 - 30-39 lat

K4 - 40-49 lat

K5 - pow. 50 lat

Mężczyźni

M1 - 16-21 lat

M2 - 22-29 lat

M3 - 30-39 lat

M4 - 40-49 lat

M5 - pow. 50 lat

### **11. Warunki uczestnictwa**

Aby wziąć udział w Maratonie należy:

- w dniu startu mieć ukończone 16 lat (Maraton Rowerowy 50 km i Bieg 10 km) lub 18 lat (Ultramaraton Biegowy 50 km)
- w przypadku osób w wieku 16-18 lat przedstawić w biurze zawodów pisemną zgodę rodzica lub prawnego opiekuna
- dokonać rejestracji poprzez dostępny na stronie Maratonu (do 07.09.2017r.) lub w biurze zawodów przed startem (08-09.09.2017r.)
- dokonać opłaty startowej na konto bankowe Stowarzyszenia CykloManiak 3214401231000000006884407 w wysokości określonych w Regulaminie
- w biurze zawodów przed startem odebrać w wyznaczonym czasie pakiet startowy oraz podpisać oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach i starcie na własną odpowiedzialność
- stawić się na start o wymaganym czasie z obowiązującym wyposażeniem

### **12. Opłaty startowe**

Uiszczane przelewem na konto bankowe.

#### **1 TERMIN**

wpisowe od 16 maja 2017 do 31 lipca 2017

30 zł - Bieg 10 km

50 zł - Maraton Rowerowy 50 km i Ultramaraton Biegowy 50 km

#### **2 TERMIN**

wpisowe od 1 sierpnia 2017 do 24 sierpnia 2017

40 zł - Bieg 10 km

60 zł - Maraton Rowerowy 50 km i Ultramaraton Biegowy 50 km

#### **3 TERMIN**

wpisowe od 25 sierpnia 2017 do 07 września 2017

50 zł - Bieg 10 km

70 zł - Maraton Rowerowy 50 km i Ultramaraton Biegowy 50 km

#### **4 TERMIN**

wpisowe 08 września 2017 lub w dniu imprezy 09 września 2017

70 zł - Bieg 10 km

100 zł - Maraton Rowerowy 50 km i Ultramaraton Biegowy 50 km

Mieszkańcy Gminy Sulejów mogą skorzystać z 50% zniżki na wpisowe w każdym z czterech terminów płatności płatne tradycyjnym przelewem:

Stowarzyszenie Cyklistów

**PKO BP 3214401231000000006884407 z dopiskiem**

**Maraton + wybrana trasa + imię i nazwisko osoby/osób za które wysyłana jest opłata startowa**

W biurze zawodów płatność możliwa tylko gotówką.

Organizator nie zwraca wpisowego. Możliwe jest natomiast przekazanie praw do uczestnictwa w Maratonie na rzecz innej osoby w ramach dodatkowej opłaty manipulacyjnej w wysokości 10 zł. Aby tego dokonać należy zawiadomić o tym organizatora wysyłając informację mailową.

### **13. Program**

#### **Piątek (08.09.2017)**

**19:00-21:00** - praca biura zawodów

#### **Sobota (09.09.2017)**

**8:00** - rozpoczęcie pracy biura zawodów

**9:30** - oficjalne rozpoczęcie imprezy

**9:45** - koniec pracy biura zawodów dla uczestników Maratonu Rowerowego 50 km

**10:00** - start Maratonu Rowerowego 50 km

**10:15** - koniec pracy biura zawodów dla uczestników Ultramaratonu Biegowego 50 km

**10:30** - start Ultramaratonu Biegowego 50 km

**13:15** - koniec pracy biura zawodów dla uczestników Biegu 10 km

**13:30** - start Biegu 10 km

**14:00** - dekoracja zwycięzców Maratonu Rowerowego 50 km

**15:30** - dekoracja zwycięzców Biegu 10 km

**17:00** - dekoracja zwycięzców Ultramaratonu Biegowego 50 km

**18:00** - koniec limitu czasowego dla uczestników Ultramaratonu Biegowego 50 km

#### **Niedziela (10.09.2017)**

**od 10:00** – sptyw kajakowy Pilicą organizator Kajmar szczegóły w linku [zapisy](#)

### **14. Zasady rywalizacji**

- Rywalizacja w Maratonie polegać będzie na jak najszybszym pokonaniu wyznaczonych tras przez Zawodników. O miejscu na poszczególnych trasach i w kategoriach zdecyduje czas pokonania całej trasy, tzn. im krótszy czas tym lepsze miejsce.
- Obowiązywać będzie start masowy, tzn. wszyscy Uczestnicy danej trasy startują jednocześnie. W klasyfikacji obowiązuje czas brutto.
- Zawodnicy zostaną sklasyfikowani jeśli pokonają wybraną trasę zgodnie z oznakowaniem
- Uczestnicy trasy Ultramaraton Biegowy 50 km będą klasyfikowani dodatkowo w Pucharze Łódzkie Ultra - [biegampolodzi.pl/lodzkie-ultra](http://biegampolodzi.pl/lodzkie-ultra)

### **15. Zasady obowiązujące na trasie**

- Podczas trwania całych zawodów, Uczestnicy muszą mieć przy sobie wyposażenie obowiązkowe. Zobowiązani są do poruszania się z widocznym numerem startowym, tak by był on w każdej chwili możliwy do odczytania przez obsługę zawodów.
- W trakcie zawodów Uczestnicy powinni się poruszać wyłącznie po trasie wyznaczonej przez Organizatora.

- Zawodnicy powinni pokonać całą trasę na rowerze na trasie Maratonu Rowerowego 50 km lub pieszo/biegiem na trasach Biegu 10 km i Ultramaratonu Biegowego 50 km.
- Zawodnicy powinni przestrzegać zasad sportowego zachowania.
- Wolniejszy zawodnik powinien ustąpić miejsca szybszemu, trzymając się w miarę możliwości prawej strony drogi.
- Zakazane jest niszczenie i zasłanianie oznakowań przebiegu tras Maratonu oraz wprowadzanie w błąd innych zawodników co do przebiegu trasy.
- W przypadku zgubienia przez Zawodnika trasy Maratonu, należy wrócić do miejsca, w którym znajdowały się ostatnio widoczne oznaczenia tą samą drogą i odnaleźć właściwy kierunek jazdy/biegu.
- Zakazane jest niszczenie środowiska naturalnego, w szczególności: niszczenie roślinności, zakłócanie ciszy, śmiecenie na trasach Maratonu - wszystkie śmieci powinny być wyrzucane w miejscach do tego wyznaczonych, w tym na punktach odżywczych i na mecie.
- Uczestnicy, którzy nie mogą bądź nie chcą kontynuować zawodów, powinni poinformować o tym fakcie organizatora. Organizator w miarę możliwości będzie mógł zabrać osobę z trasy. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy, mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej.

### **16. Wyposażenie uczestników**

Zawodnicy podczas trwania całych zawodów powinni mieć przy sobie wyposażenie obowiązkowe, które może zostać skontrolowane przez sędziów. Do obowiązkowego wyposażenia uczestników należą:

- numer startowy z podklejonym chipem otrzymany od organizatora w biurze zawodów - na wszystkich trasach
- kask sztywny - Uczestnicy Maratonu Rowerowego 50 km
- telefon komórkowy z działającą baterią przez kilka godzin, dowód osobisty - uczestnicy Maratonu Rowerowego 50 km i Ultramaratonu Biegowego 50 km

Wyposażenie zalecane:

- ubiór dostosowany do pogody, w tym kurtka przeciwdeszczowa, plecak oraz bidon lub bukłak z napojem, koc ratunkowy/folia NRC, apteczka pierwszej pomocy, mapa z zaznaczoną trasą Maratonu - na wszystkich trasach
- zapasowa dętka, licznik kilometrów oraz podstawowe narzędzia do naprawy roweru, zalecane są opony z średnią grubością bieżnika - uczestnicy Maratonu Rowerowego 50 km
- ubezpieczenie NNW

### **17. Punkty odżywcze i odżywianie na trasie**

Na trasach Maratonu Rowerowego 50 km i Ultramaratonu Biegowego 50 km znajdować się będą 3 punkty odżywcze, na trasie biegu 10 km będzie znajdować się 1 punkt odżywczy. Bufet będzie znajdował się również na mecie zawodów.

Wyposażenie poszczególnych punktów odżywczych:

- bufet 1: woda, izotonik, banany, arbuzy, pomarańcze, ciastka;
- bufet 2: woda, izotonik, banany, arbuzy, ciastka;
- bufet 3 (bufet 1 Bieg 10 km): woda, cola, ciastka;

Punkty odżywcze zaznaczone będą na mapie z trasą Maratonu. Zawodnicy mogą korzystać z własnego wyżywienia i napojów zabranych na trasę jak również korzystać ze znajdujących się przy trasie sklepów spożywczych i lokali gastronomicznych. Na mecie Uczestnicy będą mogli skorzystać z ciepłego posiłku regeneracyjnego.

### **18. Limity, kary czasowe i dyskwalifikacja**

Limit czasowy dla zawodników Ultramaratonu Biegowego 50 km wynosi 7,5 godziny. Limity czasowe obowiązują również na trzech punktach kontrolnych na trasie (bufetach): bufet 1 - 20 km - 3h, bufet 2 - 34 km - 5h, bufet 3 - 44 km - 6,5h. Na trasach Maratonu Rowerowego 50 km i Biegu 10 km nie obowiązują limity czasowe.

Kary czasowe mogą zostać nałożone na Zawodników, którzy nie przestrzegają zasad sportowego zachowania, umyślnie zjadą z wyznaczonej przez Organizatora trasy, nie przestrzegają przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego, nie udzielą pomocy osobie potrzebującej, której zagraża utrata zdrowia lub życia, niszczą środowisko naturalne, nie posiadają wymaganego wyposażenia obowiązkowego. Nieklasyfikowani będą Zawodnicy, którzy nie zmieszczą się w wyznaczonych limitach czasowych. Zdyskwalifikowani zostaną Zawodnicy, którzy złamią w sposób rażący postanowienia Regulaminu. O wysokości kar czasowych jak również o dyskwalifikacji Zawodników, decyduje Sędzia Główny w porozumieniu z Dyrektorem Maratonu.

### **19. Bezpieczeństwo**

- Uczestnicy biorą udział w Maratonie na własną odpowiedzialność i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić odszkodowania od Organizatora.
- W sytuacji wypadku, każdy z Uczestników jest zobowiązany do udzielenia pomocy poszkodowanemu i w razie potrzeby wezwania pomocy medycznej.
- Na trasie zawodów stacjonować będą karetki z zespołem ratowników medycznych. Ratownicy będą również znajdować się na trasie Maratonu oraz na łodziach patrolowych na Zalewie Sulejowskim.
- Uczestników obowiązuje nakaz stosowania się do służb porządkowych i Policji oraz przestrzegania przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego.
- Należy być przygotowanym, że na trasie będzie się odbywał nieograniczony ruch drogowy. Możliwy jest również duży ruch pieszych i rowerzystów wypoczywających nad brzegami Jeziora Sulejowskiego (szczególnie przy dobrej pogodzie). W miejscach szczególnie niebezpiecznych, Policja i służby porządkowe ułatwią uczestnikom Maratonu włączenie się do ruchu.
- Zawodnicy powinni zachować szczególną uwagę, gdy trasa zbliża się do szosy lub skrzyżowania oraz w przypadku trudnych technicznie odcinków.
- Należy zachować szczególną ostrożność na wąskich ścieżkach nad brzegami Pilicy i Jeziora Sulejowskiego. Pomiędzy Sulejowem a Barkowicami, trasa prowadzić będzie przez dwa drewniane mostki. Zaleca się przeprowadzenie przez nie rowerów.

### **20. Kibice**

Kibice będą mogli bez przeszkód obserwować i dopingować zawodników na starcie, w trakcie rywalizacji na trasie i na mecie, jednak nie powinni utrudniać poruszania się zawodników po trasie oraz wspomagać ich niedozwoloną pomocą.

### **21. Świadczenia**

W ramach wpisowego, zawodnicy otrzymają:

- prawo przejazdu oznakowaną trasą
- numer startowy, pomiar czasu oraz wyniki
- możliwość skorzystania ze zorganizowanych punktów odżywczych na trasach Maratonu Rowerowego 50 km, Ultramaratonu Biegowego 50 km i Biegu 10 km
- ciepły posiłek regeneracyjny i bufet na mecie
- medal dla każdego zawodnika, który pokona całą wyznaczoną trasę i zmieści się w limicie czasu
- ręcznik z logo Maratonu

- papierową mapę z zaznaczonymi trasami Maratonu
- obsługę komentatorską
- obsługę fotograficzną
- obsługę filmową
- możliwość umycia rowerów
- możliwość skorzystania z natrysków
- parking dla samochodów
- zabezpieczenie medyczne

## **22. Trofea i nagrody**

Trzy najlepsze Zawodniczki i trzech najlepszych Zawodników na trasach Maratonu Rowerowego, Ultramaratonu Biegowego oraz Biegu 10 km otrzymają nagrody rzeczowe. Zwycięzcy Maratonu Rowerowego i Ultramaratonu Biegowego w kategorii kobiet i mężczyzn otrzymają puchary. Najlepsi (3 kobiety i 3 mężczyzn) w kategorii open na trasie Biegu 10 km oraz w kategoriach wiekowych na trasach Maratonu Rowerowego i Ultramaratonu Biegowego otrzymają statuetki.

## **23. Postanowienia końcowe**

- Uczestnik dokonujący rejestracji na Maraton, akceptuje warunki niniejszego Regulaminu i wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych (Dz.U.Nr 133, poz.883).
- Uczestnik akceptujący niniejszy Regulamin zgadza się na wykorzystanie swojego wizerunku przez organizatora, media i sponsorów.
- Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania Maratonu z powodów niezależnych od niego.
- Organizator zastrzega sobie prawo do interpretacji niniejszego Regulaminu oraz do jego zmian.
- Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.