

# REGULAMIN TATRA FEST BIEGU

## 1. Informacje podstawowe

W dniu 24 czerwca 2023 r. odbędzie się indywidualny bieg górski dla osób pełnoletnich, rozgrywany na wyznaczonej trasie, na dystansie zbliżonym do ok. 65 km i z łącznym przewyższeniem ok. 5000 m w Polskich Tatrach. W przypadku niekorzystnych prognoz meteorologicznych organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany trasy lub przeniesienia dnia startu biegu Tatra Fest Bieg z soboty na poniedziałek (26.06.2023) oraz, w przypadku bardzo złych prognoz, do zmiany terminu zawodów.

## 2. Cel i misja zawodów

CEL: popularyzacja biegów ultra oraz promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia. Wyłonienie najlepszych zawodników w imprezie Tatra Fest Bieg.

MISJA: budowanie zrównoważonych relacji między ludźmi i biosferą na obszarach zawierających cenne zasoby przyrodnicze.

## 3. Nazwa imprezy

Tatra Fest Bieg

## 4. Organizator

Stowarzyszenie Spotkania z Filmem Górskim (KRS0000251320)

## 5. Kontakt

e-mail: [biegi@mocgor.pl](mailto:biegi@mocgor.pl)

Oficjalna strona internetowa: [www.tatrafestbieg.pl](http://www.tatrafestbieg.pl),

## 6. Trasa zawodów

Dystans – około 65 km

Deniwelacja – około 5000 m

START Rondo Kuźnickie im. Jana Pawła II → Kuźnice → Dolina Jaworzynki → Hala Gąsienicowa → Sucha Przełęcz → Kasprowy Wierch (bufet z wodą + limit czasowy) → Przełęcz pod Kopą Kondracką → Kopa Kondracka → Małołączniak (międzyczas) → Krzesanica → Ciemniak → Dolina Tomanowa → Dolina Kościeliska - Schronisko Ornak (bufet z napojami i posiłkami + limit czasowy + międzyczas) → Iwaniacka Przełęcz → Ornak → Siwy Zwornik → Starorobociański Wierch → Kończysty Wierch (limit czasowy) → Trzydniowiański Wierch → Dolina Jarząbca → Dolina Chochołowska - schronisko (bufet z napojami i posiłkami + limit czasowy + międzyczas) → Wyżnia Chochołowska Dolina → Rakoń → Grześ → Dolina Chochołowska - schronisko (bufet z napojami i posiłkami + limit czasowy + międzyczas) → Ścieżka nad Regłami → Niżnia Kominiarska Polana → Dolina Kościeliska → Cudakowa Polana → Przystop Miętusi → Wielka Polana w Dolinie Małej Łąki → Przełęcz w Grzybowcu → Polana Strążyska → Czerwona Przełęcz → META Gugu Park (limit czasowy)

Przebieg trasy imprezy oraz jej dystans i przewyższenie wynika z <https://www.alltrails.com/pl-pl>. W rzeczywistości jednak może się różnić od pomiarów indywidualnych. Plik gpx do pobrania poniżej

<https://www.alltrails.com/pl-pl/explore/map/map-8b57000--59>

## 7. Termin i program imprezy

PIĄTEK 23.06.2023

godz. 15.00 - 22.00      biuro zawodów

SOBOTA 24.06.2023

godz. 2.00 - 4.00	biuro zawodów, GuguPark
godz. 7.00 - 9.50	biuro zawodów, GuguPark
godz. 15.00 - 22.00	biuro zawodów, GuguPark
godz. 4:00	zbiórka, Rondo im. Jana Pawła II, Zakopane
godz. 4.00 - 4.50	weryfikacja obowiązkowego sprzętu
godz. 5:00	start, Rondo im. Jana Pawła II, Zakopane
godz. 7:30	limit na Kasprowym Wierchu (9 km trasy)
godz. 10:00	limit przy Schronisku PTTK na Hali Ornak (22 km trasy)
godz. 14:00	limit I przy Schronisku PTTK na Polanie Chochołowskiej (38 km trasy)
godz. 17:00	limit II przy Schronisku PTTK na Polanie Chochołowskiej (48 km trasy)
godz. 21:00	limit na mecie w GuguParku (65 km trasy)
godz. 12.00 - 21.00	wydawanie ciepłych posiłków na mecie w GuguParku /Zakopane
godz. 17.00	ceremonia wręczenia nagród, GuguPark

NIEDZIELA 25.06.2023

godz. 3:00 – 6:00	biuro zawodów, GuguPark
-------------------	-------------------------

### **8. Kary i zakazy**

1. Zawody odbywają się na terenie Tatrzańskiego Parku Narodowego i zawodnicy zobowiązani są do zapoznania się i do przestrzegania zasad obowiązujących na terenie TPN, w szczególności:

- zakazu schodzenia ze szlaku
- zakazu wyrzucania śmieci
- zakazu hałasowania
- zakazu płoszenia zwierząt

2. Komisja Sędziowska w porozumieniu z organizatorem może nałożyć na Uczestnika następujące kary:

- Upomnienie
- Kara czasowa
- Dyskwalifikacja

3. Zawodnicy mogą zostać ukarani/zdyskwalifikowani w przypadku

- nieprzestrzegania zasad panujących na terenie TPN
- nieprzestrzegania zasad fair play
- pominięcia punktu kontrolnego

4. W przypadku dyskwalifikacji organizator nie zwraca wpisowego.

### **9. Warunki uczestnictwa**

1. Uczestnikiem Tatra Fest Biegu może zostać osoba (zgodnie z pkt.1 niniejszego regulaminu), która wypełni formularz zgłoszeniowy klikając przycisk ZAPISY na [www.tatrafestbieg.pl](http://www.tatrafestbieg.pl). O udziale zawodniczki/ka w imprezie decyduje dokonanie zgłoszenia, spełnienie kryteriów opisanych poniżej oraz realizacja opłaty startowej zgodnie z informacjami otrzymanymi w mailu potwierdzającym przyjęcie przez organizatora zawodniczki/ka na listę startową.

W formularzu zgłoszeniowym, w polu p.n. BIEGI KWALIFIKUJĄCE należy wskazać „biegi kwalifikujące” do udziału w TFB 2023. Prosimy o podanie nazwy, terminu, dystansu oraz przewyższenia dwóch górskich imprez biegowych, na dystansie wynoszącym co najmniej 30 km, które zostały ukończone przez zawodniczkę/ka w limicie czasu, od roku 2019 (włącznie) aż do dnia zapisu na TFB wraz z linkiem do wyników każdego z biegów kwalifikujących.

Osoby zakwalifikowane zostaną poinformowane na adres poczty elektronicznej podany w zgłoszeniu o potwierdzeniu udziału w imprezie, uczestnik zobowiązany będzie do uiszczenia opłaty startowej, o której mowa w pkt.10 niniejszego Regulaminu, w terminie 4 dni (kalendarzowych) od dnia wystania wiadomości.

Ostateczna lista osób startujących w TFB 2023 zostanie opublikowana na stronie organizatora [www.tatrafestbieg.pl](http://www.tatrafestbieg.pl).

Wypełniając „zgłoszenie” uczestnik akceptuje warunki niniejszego regulaminu. Dodatkowo podczas odbioru pakietu startowego uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o akceptacji regulaminu, zrzeczeniu się roszczeń cywilnych i prawnych wobec organizatora i o posiadaniu aktualnego ubezpieczenia NNW na terenie Polski i Słowacji obejmującego termin zawodów i dzień rezerwowy (24 i 26.06.2023 r.).

2. Organizatorzy (czyli wszystkie osoby biorące udział w organizacji imprezy Tatra Fest Bieg) nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po zawodach. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność i ponoszą pełną odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie szkody przez siebie wyrządzone, w tym w wyniku nabytych kontuzji na trasie zawodów. Przez akceptację oświadczenia podpisanego podczas odbioru pakietu startowego uczestnicy zrzekają się możliwości dochodzenia prawnego lub zwrotu wpisowego od organizatora lub jego zleceniobiorców w razie wypadku lub szkody związanej z zawodami.

3. Większość trasy zawodów prowadzi w górskim, trudno dostępnym, eksponowanym terenie, w którym udzielenie pomocy specjalistycznych służb ratowniczych może wiązać się z długim oczekiwaniem. W sytuacji wypadku każdy z uczestników biegu jest zobowiązany do wezwania pomocy oraz udzielenia pomocy doraźnej poszkodowanemu biegaczowi.

4. Uczestnik wyraża zgodę na realizację zdjęć, nagrań filmowych oraz wywiadów z jego udziałem, a także na wykorzystanie oficjalnych wyników (zawierających dane osobowe) przez prasę, radio i telewizję.

5. Swoim zgłoszeniem i akceptacją warunków uczestnictwa zawodnik zapewnia, że zapoznał się ze wszystkimi warunkami regulaminu zawodów i wypełnił formularz zgłoszeniowy.

6. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych do celów przeprowadzenia zawodów Tatra Fest Bieg i innych imprez sportowych oraz kulturalnych organizowanych przez stowarzyszenie Spotkania z Filmem Górskim. Dane osobowe będą przetwarzane zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych (Dz.U.Nr 133, poz.883 z późn. zm). Uczestnik dysponuje prawem wglądu do swoich danych, a także do ich poprawiania lub usunięcia.

7. Uczestnik dokona opłaty startowej zgodnej z przewidzianym w regulaminie terminem (preferowane opłaty poprzez banki internetowe). Oryginał dowodu opłaty startowej należy zachować do wglądu w Biurze Zawodów.

8. Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność podpisując oświadczenie o braku zdrowotnych przeciwwskazań do startu w zawodach.

9. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NNW na terenie Polski i Słowacji. Uczestnik zobligowany jest do zapewnienia sobie aktualnego ubezpieczenia NNW na terenie Polski i Słowacji.

#### **10. W ramach opłaty startowej za udział w imprezie Tatra Fest Bieg organizator zapewnia**

- oznakowanie trasy biegu
- gadżety od sponsorów w pakiecie startowym
- pamiątkowy medal
- numer startowy
- pełne zabezpieczenie medyczne imprezy
- nagrody finansowe dla najlepszych zawodników. Pula nagród wynosi 5.000 PLN
- elektroniczny pomiar czasu, międzyczasy
- dostęp do 4 bufetów regeneracyjnych na trasie z napojami / posiłkami (Kasprowy Wierch- napoje, Schronisko na Hali Ornak - napoje i posiłki, Schronisko w Dolinie Chochołowskiej x 2- napoje i posiłki)
- dwudaniowy posiłek regeneracyjny na mecie
- wstęp do Wspólnoty 8 Wsi oraz do Tatrzańskiego Parku Narodowego.

#### **11. Zapisy na imprezę Tatra Fest Bieg**

Zapisy na bieg startują w terminie 20.02.2023 r. od godz. 19.00. W przypadku rezygnacji z udziału w zawodach przed 1 kwietnia 2023 wpisowe zwracane będzie na rachunek bankowy nadawcy o ile na liście rezerwowej Tatra Fest Biegu znajduje się zawodnik deklarujący udział w wydarzeniu. Zawodnicy nie mają możliwości zamieniania się / sprzedaży pakietów startowych Tatra Fest Biegu bez udziału Organizatora.

## **12. Zasady rozgrywania zawodów**

1. Zawody Tatra Fest Bieg rozegrane zostaną zgodnie z niniejszym regulaminem.
2. We wszystkich sprawach spornych, nieujętych w regulaminie będzie decydowała Komisja Sędziowska w porozumieniu z organizatorem. Prawo startu w zawodach mają osoby indywidualne. Liczba zawodników startujących w imprezie ograniczona jest do 350 osób.
3. Brak numeru startowego będzie skutkował karą czasową.
4. Na trasie będą zlokalizowane punkty kontrolne. Ominięcie nawet jednego punktu kontrolnego będzie karane dyskwalifikacją.
5. Limity czasowe w ramach Tatra Fest Biegu:  
godz. 7:30 limit na Kasprowym Wierchu (9 km trasy)  
godz. 10:00 limit przy Schronisku PTTK na Hali Ornak (22 km trasy)  
godz. 14:00 limit I przy Schronisku PTTK na Polanie Chochołowskiej (38 km trasy)  
godz. 17:00 limit I przy Schronisku PTTK na Polanie Chochołowskiej (48 km trasy)  
godz. 21:00 limit na mecie w GuguParku (65 km trasy)
6. Zewnętrzne wsparcie w trakcie trwania zawodów (rodzina, przyjaciele, trenerzy, itp.) dozwolone jest jedynie w rejonie bufetów (w promieniu 20m od bufetów). Posiłki i napoje w punktach odżywczych przeznaczone są wyłącznie dla zawodników. Zewnętrzna pomoc medyczna od profesjonalnych trenerów, lekarzy i personelu medycznego nie jest dozwolona.
7. Organizator zastrzega sobie do dyspozycji 20 miejsc w Tatra Fest Biegu.

## **13. Bezpieczeństwo**

1. Podczas biegu zawodnicy będą mieli do czynienia ze znaczną ekspozycją, trudnym technicznie terenem obejmującym strome, kamieniste odcinki. Dodatkowym utrudnieniem jest suma przewyższeń oraz zmienna pogoda. W czasie trwania imprezy wystąpić może porywisty wiatr, jak i burze oraz gradobicie.
2. Każdy z uczestników imprezy zobowiązany jest do przemieszczania się po oznaczonej przez organizatora trasie. Trasa przebiegać będzie regularnymi szlakami na terenie Tatrzańskiego Parku Narodowego. Dodatkowo oznaczona zostanie chorągiewkami (traserami) koloru żółtego oraz czerwonego (w miejscach skrzyżowania szlaków). Na trasie rozmieszczeni będą również sędziowie. Niezależnie od oznaczeń każdy zawodnik podczas całego biegu zobowiązany jest do posiadania mapy.  
! Jeżeli uważasz, że jakieś oznakowanie jest nieczytelne nie „poprawiaj” go samodzielnie! Zadzwoń pod nr +48 664 991 675 i poinformuj o tym sędziego głównego.  
! Jeżeli się zgubiłeś, cofnij się do ostatniego miejsca, gdzie widziałeś oznakowanie trasy.
3. W przypadkach szczególnych, mając na uwadze bezpieczeństwo zawodników, organizator w porozumieniu z lekarzem imprezy lub ratownikiem medycznym ma prawo do wycofania zawodnika z rywalizacji.
4. Na trasie zawodów Tatra Fest Bieg znajdować się będą 4 punkty odżywcze i ostatni na mecie zawodów.

## **14. Klasyfikacja**

Zwycięzcami w biegu zostaną zawodnicy, którzy w najkrótszym czasie pokonają trasę biegu Tatra Fest Bieg w ramach cyklu imprez biegowych organizowanych przez Stowarzyszenie Spotkania z Filmem Górskim.

## **15. Kategorie wiekowe na imprezie Tatra Fest Bieg**

- K-18 (18-34 lat) 2005-1989
- K-35 (35-49 lat) 1988-1974
- K-50 (powyżej 50 lat) 1973 i starsze
- M-18 (18-34 lat) 2005-1989
- M-35 (35-49 lat) 1988-1974
- M-50 (powyżej 50 lat) 1973 i starsi

## **16. Nagrody**

Imprezy Tatra Fest Bieg

Organizator przewidział nagrody finansowe dla 3 najlepszych zawodników w kategorii open damskiej i męskiej w zawodach Tatra Fest Bieg. Zwycięzcy otrzymają nagrody finansowe (brutto) w wysokości:

I miejsce - 1000 zł

II miejsce – 800 zł

III miejsce – 700 zł

W poszczególnych kategoriach wiekowych 3 najlepszych zawodników otrzyma pamiątkowe statuetki. Przewidziano także nagrody rzeczowe.

### **17. Wycofanie się zawodnika w trakcie biegu**

1. Zawodnicy wycofujący się z udziału w zawodach w trakcie trwania imprezy Tatra Fest Bieg, niezależnie od przyczyny rezygnacji zobowiązani są do niezwłocznego poinformowania o tym fakcie organizatora. Fakt ten należy zgłosić dzwoniąc pod numer telefonu organizatora, tel. +48 731 731 464 celem uniknięcia rozpoczęcia akcji ratowniczej.

2. Przekroczenie limitów czasowych, na którymkolwiek z punktów powoduje dyskwalifikację zawodnika. W wyżej wymienionym przypadku jak i w sytuacji zakończenia imprezy przed czasem decyzją własną, zawodnik zobligowany jest do zwrócenia numeru startowego na najbliższym punkcie kontrolnym / regeneracyjnym.

3. Zawodnicy niemieszczący się w limicie czasu organizator nie gwarantuje obsługi technicznej, wsparcia bufetowego i zabezpieczenia medycznego. Zawodnicy, którzy nie ukończyli zawodów w limitach czasowych powinni samodzielnie powrócić do Zakopanego lub skorzystać z transportu organizatora, który zawiezie zawodników na metę:

- 13:00 przy wylocie Doliny Kościeliskiej

- 16:30 przystanek na Siwej Polanie

- 19:30 przystanek na Siwej Polanie

### **18. Obowiązkowe wyposażenie zawodnika Tatra Fest Biegu**

- własny kubek do użytku na punktach żywieniowych oraz na mecie
- plecak lub nerka biegowa mieszcząca całe obowiązkowe wyposażenie
- co najmniej 1 litr płynów w plecaku, bukłaku, bidonie/bidonach na starcie. Sugerujemy uzupełnianie do 2 litrów płynów w każdym punkcie odżywczym.
- dwa batony lub żele energetyczne
- naładowany telefon komórkowy z włączonym roamingiem. Zalecamy wgranie na telefon aplikacji Ratunek oraz aplikacji z mapami (np. mapy.cz)
- folia NRC o wymiarach 140 x 200 cm
- dowód tożsamości
- czołówka wyposażona w dobre baterie
- czapka lub chusta na głowę i rękawiczki
- kurtka wiatroodporna z kapturem i długim rękawem. W przypadku niekorzystnych warunków atmosferycznych kurtka wodoodporna
- gotówka w wysokości 80 zł
- gwizdek
- bandaż elastyczny i jałowy opatrunek
- potwierdzenie posiadania opłaconego ubezpieczenia obejmującego akcję ratowniczą na terenie Słowacji (na 24 i 26 czerwca 2023 r. w przypadku przesunięcia terminu zawodów)
- numer startowy (przypięty z przodu, na piersi lub w pasie, zawsze widoczny!) - dostarczony przez organizatora
- mapa Tatr Zachodnich (wersja elektroniczna lub papierowa)

### **19. Informacje dodatkowe**

1. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za:

- rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów
- kolizje i wypadki na trasie

- brak znajomości regulaminu nie będzie uznawany jako wytłumaczenie
  - na trasie każdego biegu występują strome niebezpieczne podbiegi i zbiegi
2. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania imprezy lub przerwania imprezy w związku z wystąpieniem klęsk żywiołowych lub innych powodów, uznawanych za działanie "siły wyższej".
  3. Wszyscy zawodnicy proszeni są o szczególną troskę o środowisko naturalne.
  4. Organizator nie wypłaca zwrotu wpisowego w przypadku rezygnacji z udziału w imprezie po wyznaczonym terminie.
  5. Organizator zastrzega sobie prawo do przesunięcia startu Tatra Fest Biegu na inny termin w przypadku wystąpienia niesprzyjających warunków atmosferycznych.
  6. Organizator zastrzega sobie prawo rozstrzygania kwestii spornych, wprowadzania zmian do niniejszego regulaminu oraz zmian trasy.

## 20. Dane osobowe

Dane osobowe uczestników są zbierane i przetwarzane wyłącznie w celach organizacyjnych imprezy Tatra Fest Bieg. Dane osobowe Uczestników Imprezy są przetwarzane zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych). Podanie wszystkich niezbędnych danych do przeprowadzenia zawodów jest dobrowolne, jednakże niepodanie ich uniemożliwi realizację pomiaru czasu. Organizator zbiera poniższe dane: imię nazwisko; datę urodzenia; płeć; adres mailowy; numer telefonu osoby, którą organizator może powiadomić w razie wypadku;

Imię i nazwisko zawodnika, zostaną udostępnione w formie wyników do publicznej wiadomości wraz z osiągniętym czasem i zajęтым miejscem w klasyfikacji.

Wyniki zostaną opublikowane w środkach masowego przekazu, w tym w Internecie na stronie [www.tatrafestbieg.pl](http://www.tatrafestbieg.pl)

Link do wyników zostanie również udostępniony na Facebooku organizatora oraz na stronach partnerów. Każdy uczestnik będzie miał pełny dostęp do swoich danych, będzie miał możliwość ich poprawienia lub całkowitego usunięcia z Zapisów na Imprezę Tatra Fest Bieg.

Administratorem danych osobowych uczestników będzie Stowarzyszenie Spotkania z Filmem Górskim (KRS 0000251320). W sprawach związanych z przetwarzaniem danych osobowych mogą kontaktować się z organizatorami imprezy Tatra Fest Bieg mailowo: [biegi@mocgor.pl](mailto:biegi@mocgor.pl)

## 21. Rozpowszechnianie i utrwalanie wizerunku

Uczestnik wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo wizerunku na następujących polach eksploatacji:

1. utrwalanie i zwielokrotnienie jakąkolwiek znaną techniką oraz rozpowszechnianie w dowolnej formie,
2. wprowadzenie do pamięci komputera i do sieci multimedialnej,
3. zwielokrotnianie zapisu utrwalonego wizerunku,
4. publiczne wystawienie, wyświetlenie, odtwarzanie oraz nadawanie i reemitowanie, a także publiczne udostępnianie w taki sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i w czasie przez siebie wybranym,
5. zamieszczanie i publikowanie w prasie, na stronach internetowych, plakatach i billboardach,
6. emisja w przekazach telewizyjnych i radiowych,
7. publikowanie zdjęć uczestnika z udziału w Imprezie w postaci zdjęć z trasy zjazdu, wręczania nagród, przygotowań