



# REGULAMIN

## 14. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W BIEGU GÓRSKIM NA KRÓTKIM DYSTANSIE

### 1. Kierownictwo

Polski Związek Lekkiej Atletyki.

### 2. Termin i miejsce

05 sierpnia 2022, godz. 17:00.

Start i meta: Start Ochotnica Dolna, os. Centrum, meta: szczył Lubania.

### 3. Organizator

Fundacja Run Vegan.

Adres: Karmelicka 15/37, 00-163 Warszawa.

E-mail: robert@runvegan.pl; tel. 507 006 851.

### 4. Warunki uczestnictwa

W 14. PZLA Mistrzostwach Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie prawo startu mają wyłącznie obywatele Rzeczypospolitej Polskiej **z rocznika 2002 i starsi** posiadający **ważną na sezon 2022** licencję zawodniczą wystawioną przez Polski Związek Lekkiej Atletyki.

Start w 14. PZLA Mistrzostwach Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie zgodnie z bieżącymi Rozporządzeniami Rady Ministrów w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii.

### 5. Zasady rozgrywania konkurencji

Rywalizacja w 14. PZLA Mistrzostwach Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie odbędzie się z podziałem na płeć na dystansie 5,5 km (przewyższenie 750 m).

### 6. Trasa

Trasa dostępna na stronie internetowej: [www.gorceultra trail.pl](http://www.gorceultra trail.pl) oraz <https://tracedet trail.com/fr/trace/trace/170085>. Trasa prowadzi znakowanym szlakiem turystycznym niebieskim z miejscowości Ochotnica Dolna na szczył góry Lubań. Długość trasy ok 5,5 km, przewyższenie 750 m. Profil trasy jest w stylu alpejskim, cały czas się wznosi. Start na wysokości 480 m n.p.m., meta na szczycie Lubania, wysokość 1211 m n.p.m. Na szczycie Lubania jest wieża widokowa co zapewnia możliwość zobaczenia panoramy krajobrazu 360. Nawierzchnia w 100% teren, ścieżki i drogi leśne, gruntowe, przed szczytem odcinek kamienisty.

### 7. Nagrody w Mistrzostwach Polski

Za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy i zawodniczki otrzymują medale.

Za zajęcie miejsc 1-6 w kategoriach kobiet i mężczyzn, zawodniczki i zawodnicy otrzymują nagrody finansowe:

Miejsce I: 1 500,00 PLN

Miejsce II: 1 000,00 PLN

Miejsce III: 500,00 PLN

Miejsce IV: 200,00 PLN

Miejsce V: 200,00 PLN

Miejsce VI: 200,00 PLN

### 8. Zgłoszenia



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki





# REGULAMIN

## 14. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W BIEGU GÓRSKIM NA KRÓTKIM DYSTANSIE

Do 14. PZLA Mistrzostw Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie obowiązuje System STARTER PZLA (<https://starter.pzla.pl/>).

Zgłoszeń do 14. PZLA Mistrzostw Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie dokonują kluby w systemie STARTER PZLA zawodników, którzy wcześniej zgłosili się przez stronę organizatora.

System zgłoszeń STARTER PZLA otwarty będzie od dnia 01.02.2022, do godziny 20:00 w dniu 15.07.2022 r.

Dopuszczenie do startu zawodnika zgłoszonego po terminie jest możliwe wyłącznie po uzyskaniu zgody PZLA. Zgłoszenie takie należy przestać drogą mailową na adres [mistrzostwapolski@pzla.pl](mailto:mistrzostwapolski@pzla.pl) z załączonym potwierdzeniem dokonania płatności za zgłoszenie po terminie, w wysokości 500 zł. Przesłanie zgłoszenia wraz z potwierdzeniem dokonania płatności nie zobowiązuje PZLA do wyrażenia zgody na start zawodnika zgłoszonego po terminie. W przypadku niedopuszczenia zawodnika do startu opłata za zgłoszenie po terminie nie będzie zwracana.

### 9. Weryfikacja – potwierdzenia i skreślenia

Na 14. PZLA Mistrzostwach Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie będzie prowadzona tradycyjna weryfikacja w terminie wskazanym przez organizatora.

Potwierdzenie lub skreślenie zawodników należy dokonać w biurze zawodów, które będzie czynne od godziny: 13:00. Biuro Zawodów będzie działać w Wiejskim Ośrodku Kultury w Ochothnicy Dolnej, Os. Dłubacze 173b, 34-452 Ochothnica Dolna

Klub potwierdzając start zawodnika w zawodach oświadcza, że:

- ✓ zawodnik jest zdrowy i w dniu potwierdzenia udziału w zawodach nie ma objawów COVID-19;
- ✓ zawodnik nie zamieszkiwał z osobą przebywającą na kwarantannie i nie miał kontaktu z osobą podejrzaną o zakażenie w okresie 10 dni przed udziałem w zawodach;
- ✓ zawodnik został zapoznany oraz jest świadom obowiązku stosowania się do wytycznych uczestnictwa w zawodach sportowych w czasie epidemii lub zagrożenia epidemicznego COVID-19.

### 10. Zasady finansowania

Koszty organizacji zawodów pokrywa organizator, koszty uczestnictwa ponoszą zgłaszające kluby.

Koszty pakietów startowych zgodnie z regulaminem ogólnym <https://gorceultratrail.pl/regulamin/>

Zgłoszenie zawodnika po terminie wiąże się z opłatą karną w wysokości 500 złotych, wpłacone na konto PZLA: 30 1240 6247 1111 0010 1836 8892.

### 11. Wyposażenie obowiązkowe

W trakcie trwania całych zawodów każdy z zawodników musi posiadać przy sobie wyposażenie obowiązkowe. Wyposażenie może być kontrolowane na trasie lub na mecie. Brak niezbędnego ekwipunku może skutkować naliczeniem kary czasowej dla zawodnika.

W skład wyposażenia obowiązkowego wchodzi:

- numer startowy (umieszczony na wierzchu w taki sposób by zawsze był widoczny i możliwy do odczytania) oraz chip;
- telefon komórkowy z baterią działającą co najmniej przez kilkanaście godzin (zalecany włączony roaming).

### 12. Inne

- ✓ Woj. ZLA proszone są o poinformowanie swoich klubów o treści niniejszego regulaminu.



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki



# REGULAMIN

## 14. PZLA MISTRZOSTWA POLSKI SENIORÓW W BIEGU GÓRSKIM NA KRÓTKIM DYSTANSIE

- ✓ Zawodnik przystępując do startu w zawodach oświadcza, że:
  - zapoznał się z treścią niniejszego Regulaminu i zobowiązuje się do jego przestrzegania. Nieprzestrzeganie niniejszego Regulaminu może skutkować wykluczeniem zawodnika ze startu w zawodach lub z udziału w ceremonii dekoracji medalowej,
  - zapoznał się z informacją organizacyjną oraz techniczną i zobowiązuje się do ich przestrzegania. Nieprzestrzeganie ujętych w informacji organizacyjnej i technicznej zasad może skutkować wykluczeniem zawodnika ze startu w zawodach,
  - wyraża zgodę na nieodpłatne utrwalenie wizerunku w formie rejestracji foto i video, a także publikację i udostępnienie wizerunku w dokumentach sprawozdawczych, wydawnictwach oraz w Internecie przez Polski Związek Lekkiej Atletyki,
  - jest zdrowy i w dniu udziału w zawodach nie ma objawów COVID-19,
  - nie zamieszkiwał z osobą przebywającą na kwarantannie i nie miał kontaktu z osobą podejrzaną o zakażenie w okresie 10 dni przed udziałem w zawodach,
  - został zapoznany oraz jest świadom obowiązku stosowania się do wytycznych uczestnictwa w zawodach sportowych w czasie epidemii lub zagrożenia epidemicznego COVID-19 (zachowanie dystansu, częste mycie rąk, zastanianie łokciem twarzy podczas kichania itp.).
- ✓ Zgodnie z art. 38 Ustawy o sporcie z 25 czerwca 2010 r. (Dz. U. z 2018 r. poz. 1669 z późn. zm.) obowiązek ubezpieczenia zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków należy do klubu, którego zawodnik jest członkiem.
- ✓ Zawodnicy startujący w 14. PZLA Mistrzostwach Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie zobowiązani są do występowania podczas zawodów w ubiorach dopuszczonych przez klub (wyklucza się start w ubiorach reprezentacji Polski).
- ✓ Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany trasy, przerwania lub odwołania zawodów w dniu imprezy, z przyczyn od niego niezależnych lub zagrażających bezpiecznemu przeprowadzeniu rywalizacji.

**Organizacja zawodów odbywać się będzie zgodnie z bieżącymi Rozporządzeniami Rady Ministrów w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii**

**Ostateczna decyzja w sprawach nieujętych w niniejszym regulaminie „14. PZLA Mistrzostwach Polski Seniorów w Biegu Górskim na Krótkim Dystansie” należy do Polskiego Związku Lekkiej Atletyki”**



Ministerstwo  
Sportu i Turystyki