

REGULAMIN

RolkoWisłok 2024- bieg wzdłuż podkarpackiej rzeki o „Puchar RolkoWisłoka” 2024

Termin i miejsce: niedziela 13.10.2024 r. Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji we Frysztaku, ul. Sportowa 30, 38-130 Frysztak. Tel. Marek Armata 503-300-552.

I. Organizatorzy, współorganizatorzy i partnerzy:

- **Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji we Frysztaku – organizator główny**
- Krośnieńskie Stowarzyszenie Narciarstwa Biegowego – „KrosSki” Remsport ,
- Powiatowe Centrum Kultury i Turystyki w Wiśniowej,
- Polish XC Masters
- Dolina Wisłoka – turystyka i rekreacja z Frysztaka,
- FMT „Morgan” z Frysztaka,
- Centrum Sportu, Turystyki i Rekreacji w Strzyżowie,
- Gminny Ośrodek Kultury w Wiśniowej,
- Gminny Ośrodek Kultury we Frysztaku,
- Powiat Strzyżowski ,
- Gmina Frysztak,
- Gmina Wiśniowa,
- Gmina Strzyżów,
- TIMEKEEPER – elektroniczny pomiar czasu,
- Pracownia Twórcza Zuzi Górskiej z Odrzykonია,
- NeoDesign – reklama wizualna z Frysztaka
- Stara Wędzarnia Frysztak

II. Patronat honorowy:

- Starosta Strzyżowski Pan Robert Godek
- Wójt gminy Frysztak Pan Jan Ziarnik
- Wójt gminy Wiśniowa Pan Marcin Kut
- Burmistrz Strzyżowa Pani Agata Gadziąła

III. Patronat medialny:

- Platforma internetowa: [www. skipol.pl](http://www.skipol.pl) - nr 1 w Polsce
- Platforma internetowa: www.frysztak24.pl
- Platforma internetowa: www.rzeszow.tvp.pl

IV. Komitet organizacyjny:

Ambasador biegu: Jacek Staroń - KrosSki Remsport Krosno,
Komandor biegu: Ewa Armata - Sport TEAM Stara Wędzarnia/GOSiR Frysztak,
Vi-ce Komandor: Bartosz Górski - KrosSki Remsport Krosno,
Dyrektor Sportowy Biegu – Marek Armata Sport TEAM Stara Wędzarnia/GOSiR Frysztak,
Wiesław Chlipała: Dyrektor CSTiR w Strzyżowie,
Kamil Mendocha: Dyrektor PCKiT w Wiśniowej,
Krzysztof Szaro: CSTiR w Strzyżowie,
Osobą odpowiedzialną prawnie za organizację i bezpieczeństwo uczestników jest Marek Armata

V. Cele:

- propagowanie nartorolek jako nowej dyscypliny sportu i rekreacji na terenie powiatu strzyżowskiego,
 - promocja turystyki na terenie gminy Frysztak, gminy Wiśniowa i gminy Strzyżów,
 - sportowa rywalizacja zgodnie z ideą Fair Play,
 - integracja środowiska miłośników aktywnego wypoczynku, nartorolek i nart biegowych,
 - promowanie zdrowego stylu życia.
-

VI. Oplata startowa:

Osoby biorące udział w biegu: 50 zł

Środki należy przelać podczas zapisu elektronicznego: na stronie TIMEKEEPER – elektroniczny pomiar czasu,

VII. Termin, miejsce, dystans i technika:

Zawody odbędą się w niedzielę 13.10.2024 roku w województwie podkarpackim, na terenie powiatu strzyżowskiego w gminach Frysztak i Wiśniowa. Start i meta zawodów zlokalizowane będą przy Gminnym Ośrodku Sportu i Rekreacji we Frysztaku, ul. Sportowa 30, 38-130 Frysztak.

Planowany dystans biegu głównego techniką klasyczną wynosić będzie 18 km prowadząc cały czas drogą asfaltową.

Technika i rodzaj biegów:

1. Bieg główny techniką klasyczną o „Puchar RolkoWisłok” na dystansie 18 km. Limit czasu na pokonanie dystansu to 120 minut.

VIII. Nagrody i pakiet startowy:

- „Puchar RolkoWisłok „ dla najlepszego mężczyzny i najlepszej kobiety,

- pamiątkowy medal dla każdego uczestnika,
- numer startowy, agrafki, chip dla każdego,
- statuetki do 3 miejsca i dyplomy do 6 miejsca kategoriach wiekowych wśród kobiet i mężczyzn,
- posiłek regeneracyjny,
- woda mineralna,
- materiały promocyjne,
- losowanie upominków wśród wszystkich, którzy ukończą bieg,
- najlepsza zawodniczka i najlepszy zawodnik będą klasyfikowani również w kategoriach wiekowych,
- puchar dla najstarszej zawodniczki i najstarszego zawodnika,

W przypadku pozyskania dodatkowych sponsorów decyzją Organizatora pakiety mogą zostać wzbogacone lub mogą zostać przydzielone nagrody w kategoriach wiekowych.

IX. Trasa:

Dystans trasy głównej 18 km:

- 1. Frysztak – Kobyle – Jazowa – Kozłówek – Markuszowa – Kozłówek – Jazowa – Kobyle – Frysztak** - odcinek 9 km zakończony nawrotką wokół pachołka .
2. Nawierzchnia asfaltowa o standardowej szerokości drogi publicznej powiatowej i gminnej (powiat strzyżowski, gmina Frysztak, gmina Wiśniowa).
3. Trasa płaska, z delikatnymi wzniesieniami wynikającym z ukształtowania terenu (drogi).
4. Trasa zostanie całkowicie zamknięta dla ruchu zmotoryzowanego na czas trwania zawodów – trasa będzie zamknięta dla ruchu w niedzielę od godz. 13:30 do czasu zakończenia zawodów.
5. Trasa będzie zabezpieczona przez służby porządkowe.

6. Limit czasowy 2 godziny – po tym czasie zawodnicy nie będą klasyfikowani oraz zostaną przywiezieni na metę samochodem organizatora.

X. Program:

Bieg 18 km, stylem klasycznym – limit czasowy 2 godziny:

Start godz. 13:30

z ul. Mostowej we Frysztaku - Kobyle – Jazowa – Kozłówek - Markuszowa,
(w Markuszowej przed mostem nawrotka wokół pachołka i powrót do Frysztaka trasą):
Markuszowa - Jazowa – Kobyle – Frysztak, ul. Mostowa

Zakończenie samego wyścigu godz. 15:30

XI. Zgłoszenia:

- zgłoszenia do udziału w zawodach należy dokonać na stronie: <https://timekeeper.pl>
 - Pytania dotyczące biegu proszę kierować do Marek Armata: 503-300- 552.
 - warunkiem uczestnictwa w zawodach jest potwierdzenie uiszczenia opłaty startowej podczas zapisu na stronie <https://timekeeper.pl>
 - zgłoszenie można wysyłać do zamknięcia zapisów, tj. do dnia 10.10.2024 r. lub osiągnięcia przez Organizatora limitu zgłoszeń, który wynosi 100 osób.
-

XII. Uczestnictwo (prawo startu):

- do udziału w zawodach zostaną dopuszczeni uczestnicy, którzy dokonali opłaty startowej oraz podpisali własnoręcznie pisemne oświadczenie o zdolności do udziału w zawodach oraz spełnią wszystkie wymagania Regulaminu.
 - zawody mają charakter otwarty i mogą w nich brać udział osoby zrzeszone w krajowych związkach sportowych, posiadających oraz nieposiadających licencje FIS.
-

XIII. Obowiązki uczestników:

- dokonanie zgłoszenia do udziału w zawodach jest równoznaczne z akceptacją regulaminu i zobowiązuje do jego przestrzegania.
 - Uczestnicy zawodów zobowiązani są: od startu do mety biec wzdłuż wyznaczonej trasy i przejść przez wszystkie punkty kontrolne,
 - poruszać się wyłącznie przy użyciu nartorolek i kijów narciarskich, stylem odpowiednim do konkurencji, w jakiej startują ,
 - posiadać kask oraz okulary ochronne, – przez cały czas obecności na trasie zawodów posiadać widoczny, niczym niezasłonięty numer startowy,
 - nie utrudniać biegu i nie przeszkadzać innym zawodnikom,
 - dokonać wszelkich starań, aby pozwolić się wyprzedzić szybszym zawodnikom bez konieczności zwalniania przez nich tempa biegu,
 - przestrzegać zasad fair play.
-

XIV. Biuro zawodów:

Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji we Frysztaku, ul. Sportowa 30, 38-130, Frysztak

Tel. 17 2777 111, e-mail. marek.armata@gosir.frysztak.pl

Sobota, niedziela: 12, 13 października 2024 r.

Sobota 12.10.2024 r.: - od godz. 10:00 do 20:00, odbiór pakietów startowych

Niedziela 13.10.2024 r.: - od godz. 9:00 do 12:30 odbiór pakietów startowych cd.

W niedzielę biuro będzie czynne do oficjalnego zakończenia imprezy.

XV. Pomiar czasu:

- Podczas zawodów obowiązuje elektroniczny system identyfikacji i pomiaru czasu przejazdu zawodników <https://timekeeper.pl>
- Każdy z uczestników zobowiązany jest do posiadania opaski z chipem startowym, który udostępni Organizator w pakiecie startowym.

- Opaska z chipem jest zwrotna, należy ją oddać w wyznaczonym przez Organizatora miejscu po przekroczeniu linii mety.

KATEGORIE I KLASYFIKACJE:

K1/M1 19-29 (rocznik 1995-2005) CT – do 6-go miejsca

K2/M2- 30-39 lat (1994-1985) CT – do 6-go miejsca

K3/M3- 40-49 (1984-1975) CT – do 6-go miejsca

K4/M4- 50-59 (1974-1965) CT – do 6-go miejsca

K5/M5- 60-69 (1964-1955) CT – do 6-go miejsca

K6/M6- 70 - 79+ (1954-1945) CT – do 6-go miejsca

K7/M7- 80 i starsi (1944) CT – do 6-go miejsca

W zawodach będzie prowadzona klasyfikacja OPEN dla najlepszej zawodniczki i najlepszego zawodnika, którzy najszybciej pokonają trasę.

- Najlepsza zawodniczka i najlepszy zawodnik będą klasyfikowani również w kategoriach wiekowych.

- odcinek specjalny – najszybszy zawodnik i najszybsza zawodniczka

- klasyfikacja łączona (Nocny Bieg św. Michała 12.10.2024 r. na dystansie 10 km w Strzyżowie + Bieg na nartorolkach RolkoWisłok 2024 - najszybsze 3 kobiety i najszybsi trzej mężczyźni

- Wyniki nieoficjalne obowiązują do momentu dekoracji zwycięzców poszczególnych kategorii. W tym czasie przyjmowane są wszelkiego rodzaju protesty i uwagi - po tym czasie wyniki uczestników dekorowanych zostają uznane za oficjalne.

XVI. Sposób przeprowadzania zawodów i wymogi techniczne :

Do udziału w zawodach zostaną dopuszczeni uczestnicy poruszający się na nartorolkach w rozumieniu przepisów FIS, wyposażonych w biegowe wiązania narciarskie, czarne, gumowe koła o średnicy do 80 mm i szerokości od 38 do 45 mm, dowolnej prędkości, w których przynajmniej na jednym kole każdej nartorolki zamontowane jest łożysko jednokierunkowe.

XVII. Nagrody:

- **Puchar dla najszybszej zawodniczki i najszybszego zawodnika w kategorii OPEN,**

- pamiątkowy medal dla każdego,

- statuetki do 3 miejsca i dyplomy do 6 miejsca w kategoriach wiekowych wśród kobiet i mężczyzn,

- losowanie upominków wśród wszystkich, którzy ukończą bieg,

- Puchar dla najstarszej zawodniczki i najstarszego zawodnika,

- Najszybsza zawodniczka i najszybszy zawodnik klasyfikowani będą także w kategoriach wiekowych,

W przypadku pozyskania dodatkowych sponsorów decyzją Organizatora nagrody i klasyfikacje mogą zostać wzbogacone.

XVIII. Odpowiedzialność uczestników:

1. Uczestnik oświadcza, że jest świadomy, iż udział w zawodach wiąże się z dużym wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą ryzyko zagrożenie wypadkami, istnieje możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.

2. Dokonując zgłoszenia do zawodów, uczestnik ocenił zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w zawodach i dobrowolnie zdecydował się je podjąć.

3. Uczestnik bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 r. (Dz. U. Nr 101 poz.1095) i zrzeka się prawa do dochodzenia wszelakich roszczeń od Organizatora.

4. Uczestnik ponosi całkowitą odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie szkody, jakie wystąpią w związku z jego udziałem w zawodach.
5. Uczestnik oświadcza, że nie będzie działał na szkodę Organizatora.
6. Uczestnik deklaruje, że zwróci Organizatorowi wszystkie koszty (w tym koszty honorariów adwokackich i eksperckich) poniesione lub wypłacone przez Organizatora na rzecz jakiegokolwiek osoby (w tym uczestnika lub każdego z jego ubezpieczycieli) w związku z jakimkolwiek wypadkiem, stratą, szkodą lub odniesieniem obrażeń (w tym śmiercią), wynikłym z obecności lub udziału uczestnika w zawodach, z wyjątkiem wypadków spowodowanych zaniedbaniem ze strony Organizatora.
7. Odpowiedzialność Organizatora wobec uczestnika jest ograniczona wyłącznie do kwoty równej wysokości opłaty startowej.

XIX. Polityka prywatności:

1. Uczestnik zawodów, dokonując zgłoszenia do zawodów, wyraża zgodę na przetwarzanie przez Organizatora danych osobowych w celach przeprowadzenia zawodów oraz marketingowych, zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych z 29 sierpnia 1997 roku (Dz. U. z 2016 r. poz. 922 z późn. zm.).
2. Uczestnik wyraża zgodę na wysyłanie przez Organizatora na adres poczty elektronicznej treści informacyjnych związanych z organizacją zawodów, jak też innych imprez o charakterze sportowym organizowanym przez Organizatora, także o charakterze informacji handlowej.
3. Administratorem danych osobowych jest Organizator.
4. Dane osobowe uczestników przetwarzane są w celach organizacji zawodów, w tym ogłoszenia listy startowej, wyników i w celach marketingowych. Uczestnikowi przysługuje prawo wglądu w jego dane osobowe oraz prawo do ich poprawiania i żądania usunięcia.
5. Podanie przez uczestnika danych osobowych jest dobrowolne. Podanie danych osobowych jest warunkiem niezbędnym do wzięcia udziału w zawodach.
6. Odmowa podania danych osobowych skutkuje brakiem możliwości wzięcia udziału w zawodach.
7. Uczestnik wyraża zgodę na bezpłatne wykorzystanie przez Organizatora w celach marketingowych i promocji zarówno niniejszych zawodów, jak i innych imprez sportowych organizowanych przez Organizatora, wizerunku uczestnika utrwalonego na zdjęciach, nagraniach filmowych oraz w wywiadach, a także wyników z jego danymi osobowymi, jak również przekazanie tych materiałów do mediów, w tym portali internetowych, prasy, radia i telewizji.

XX. Postanowienia końcowe:

1. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć widoczne numery startowe - osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy biegu.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne kolizje i wypadki na trasie.
4. W przypadku rezygnacji z udziału w imprezie Organizator nie wypłaca zwrotu wpisowego.
5. Organizator zapewnia:
 - zabezpieczoną i przygotowaną trasę biegu,
 - zabezpieczenie medyczne,
 - pakiet startowy,
 - prawo do korzystania z wody w wyznaczonych punktach na trasie,
 - ciepły poczęstunek po zakończeniu biegu,
 - pamiątkowy medal dla każdego uczestnika, który ukończy bieg.

6. Każdy uczestnik bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność.
7. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce; decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
8. Organizator nie zapewnia noclegów, szatni, depozytu oraz pryszniców.
9. Ostateczne i oficjalne wyniki zostaną opublikowane na stronie internetowej Organizatora najpóźniej do 3 dni od dnia ukończenia zawodów.
10. Zawody RollkoWisłok jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych.
11. Organizator nie zapewnia ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków. Ubezpieczenie indywidualne od następstw nieszczęśliwych wypadków (NW), kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu, wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.
12. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi zawodów.
13. Organizator ma prawo odwołać zawody z przyczyn pogodowych w przypadku gdy udział niósłby za sobą niebezpieczeństwo zawodników.
14. Organizator zastrzega sobie prawo wprowadzania zmian do niniejszego Regulaminu związanych z procesem organizacyjnym zawodów.