



# III WYSOKOGÓRSKI BIEG im. druha FRANCISZKA MARDUŁY 11 września 2010 r.



**I Wysokogórski Bieg im. druha Franciszka Marduły**  
został odznaczony przez portal internetowy [www.maratonyplskie.pl](http://www.maratonyplskie.pl)  
**Filipidesem 2008** w kategorii: **Kameralna impreza**

**II Wysokogórski Bieg im. druha Franciszka Marduły**  
został odznaczony przez portal internetowy [www.biegigorskie.pl](http://www.biegigorskie.pl)  
**Złotą Kozicą** w kategorii: **Najlepszy Bieg Anglosaski**



## CEL IMPREZY

Uczczenie pamięci druha Franciszka Marduły wieloletniego naczelnika i prezesa Towarzystwa Gimnastycznego "Sokół" Gniazdo w Zakopanem, lutnika, sportowca i wychowawcy młodzieży. Popularyzacja i upowszechnienie biegania jako ogólnie dostępnej formy sportu i rekreacji promocja Tatr, Zakopanego i powiatu Tatrzańskiego

## ORGANIZATOR

Towarzystwo Gimnastyczne "Sokół" Gniazdo w Zakopanem

## TERMIN I MIEJSCE

**11 września 2010 r. (sobota) godz. 10:00, siedziba Towarzystwa Gimnastycznego "Sokół" w Zakopanem, ul. Orkana 2 (przed kinem „Sokół”)**

## TRASA I DYSTANS

Trasa biegu prowadzi ulicami miasta Zakopane oraz szlakami turystycznymi Tatrzańskiego Parku Narodowego. Na trasie długie podbiegi i znaczne stromizny w dół.

Na Kasprowym Wierchu obowiązuje limit czasowy 2,5 godziny, zawodnicy którzy nie dotrą na punkt kontrolny w tym czasie nie będą mogli kontynuować biegu (zostaną kolejną zwiezieni do Kuźnic)

Przebieg trasy **biegu głównego** długość trasy około 22 km (+1700 m -1400 m) - **tylko dla osób pełnoletnich.**

START: siedziba TG „Sokół” Zakopane, ul. Orkana 2, Park Miejski, ul. Piłsudskiego, ul. Bronisława Czecha, Rondo Jana Pawła II, Aleja Przewodników Tatrzańskich, Nosal (od strony tamy), Kuźnice (punkt odżywczy woda), Myślenickie Turnie (punkt odżywczy woda), Kasprowy Wierch (punkt odżywczy woda, jedzenie), Hala Gąsienicowa (punkt odżywczy woda, jedzenie), Karczmi-sko, Skupniów Uplaz, Boczań, Kuźnice (punkt odżywczy woda, jedzenie), schronisko na Kalatówkach - META

Przebieg trasy **biegu „otwartego”** długość trasy około 7,5 km(+600 m -200 m) - **dla osób które w dniu biegu mają ukończone 16 lat i starszych.**

START : siedziba TG „Sokół” Zakopane, ul. Orkana 2, Park Miejski, ul. Piłsudskiego, ul. Bronisława Czecha, Rondo Jana Pawła II, Aleja Przewodników Tatrzańskich, Nosal (od strony tamy), - Kuźnice (punkt odżywczy woda), schronisko na Kalatówkach -META

**UWAGA ! Trasa ze względu na warunki atmosferyczne może ulec zmianie.**



## KATEGORIE WIEKOWE

### Bieg główny - kobiet:

K-18 18 - 34 lat  
K-35 35 - 49 lat  
K-50 50 lat i więcej

### Bieg główny - mężczyzn:

M-20 18 - 29 lat  
M-30 30 - 39 lat  
M-40 40 - 49 lat  
M-50 50 - 59 lat  
M-60 60 lat i więcej

## NAGRODY BIEGU GŁÓWNEGO (22 km)

### Klasyfikacja generalna kobiet

I miejsce piero sokole + nagroda rzeczowa  
miejsca II - VI nagrody rzeczowe

### Klasyfikacja generalna mężczyzn

I miejsce statuetka sokoła + nagroda rzeczowa  
miejsca II - VI pióra sokole

### Klasyfikacje wiekowe kobiet

miejsca I - III nagrody rzeczowe

### Klasyfikacje wiekowe mężczyzn

miejsca I - III nagrody rzeczowe

Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą bieg otrzymują oryginalny pamiątkowy medal i dyplom oraz wezmą udział w losowaniu nagród rzeczowych.

Nagrody w klasyfikacji wiekowej nie mogą się kumulować z nagrodami w klasyfikacji generalnej. Warunkiem przeprowadzenia klasyfikacji wiekowych jest ukończenie biegu przez minimum trzech zawodników w danej kategorii. W przeciwnym razie zostaną sklasyfikowani w kategorii niższej.

Warunkiem odbioru nagrody jest osobisty udział zawodnika w uroczystości rozdania nagród

## WARUNKI UCZESTNICTWA

### Bieg główny (22 km)

Bieg ma charakter otwarty.

Zawodnicy muszą przedstawić zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub złożyć własnoręczne oświadczenie o zdolności do biegu, formularz zgłoszenia i wpłacić opłatę startową.

### Bieg „otwarty” (7,5 km)

Bieg ma charakter otwarty.

Osoby niepełnoletnie muszą przedstawić pisemną zgodę rodzica na udział w biegu oraz zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu, złożyć formularz zgłoszenia i wpłacić opłatę startową.

Pozostali zawodnicy muszą przedstawić zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub złożyć własnoręczne oświadczenie o zdolności do biegu, złożyć formularz zgłoszenia i wpłacić opłatę startową.

## ZGŁOSZENIA

Biuro Organizacyjne III Wysokogórskiego Biegu im. Franciszka Marduły mieści się w siedzibie Towarzystwa Gimnastycznego "Sokół" Gniazdo w Zakopanem, ul. Orkana 2, tel/fax. 018 2064156  
Zgłoszenia (Nazwisko, imię, data urodzenia, miejscowość, przynależność klubowa, który bieg) przyjmowane są: faksem nr 0182064156, mailem; [tg.sokol.zakopane@interia.pl](mailto:tg.sokol.zakopane@interia.pl) lub osobiście w Biurze Organizacyjnym do dnia 10.09.2010 r. a w dniu 11.09.2010 r. osobiście w godzinach 7:30-9:00.

Uwaga!!! Ze względu na charakter biegu musimy ograniczyć ilość startujących w biegu głównym do **150 osób** (decyduje data zgłoszenia i data wpłynięcia na konto opłaty startowej). Organizator dysponuje 15 pakietami startowymi.



## OPLATY

Bieg główny i bieg „otwarty”

Wpłata do dnia 10 września 2010 r. - 75 zł (potwierdzenie wpłaty)

Wpłata w biurze zawodów 11 września 2010 r. - 100 zł

Członkowie "Sokoła" są zwolnieni z opłaty startowej

Wpisowe można wpłacić na konto **T.G. „Sokół” Zakopane, ul. Orkana 2, 34-500 Zakopane** numer **65 1240 5165 1111 0000 5229 6237** z informacją „wpisowe za udział w III Wysokogórskim Biegu” (proszę na bieg zabrać potwierdzenie wpłaty) lub przed zawodami w dniu 11.09.2010 r. Opłata startowa nie podlega zwrotowi w żadnych okolicznościach.

W ramach wpisowego zawodnik otrzymuje: numer startowy, talon na posiłek w Hotelu Górskim „Kalatówki”, napoje i jedzenie na punktach odżywczych, dyplom i pamiątkowy medal (pod warunkiem ukończenia biegu zgodnie z regulaminem).

## POSTANOWIENIA KOŃCOWE

Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu centralnie na klatce piersiowej.

Zawodnicy pokonujący dystans biegu w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.

Uczestnicy biegów biorą w nich udział na własną odpowiedzialność (oświadczenie), ze względu na bardzo trudną i miejscami niebezpieczną trasę wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.

Organizator nie zapewnia darmowych noclegów i nie przyjmuje na siebie obowiązku rezerwacji noclegów.

W dniu 11.09.2010 r. w godzinach 8,30-9,45 rzeczy osobiste zapakowane we własne torby, plecaki, worki i inne będzie można oddać do depozytu. Depozyt będzie można odebrać na mecie biegu w Hotelu Górskim „Kalatówki” Wydawanie depozytu będzie się odbywało za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora od odpowiedzialności za pobranie depozytu przez inną osobę.

Pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne w terminie do 15 minut po zakończeniu biegu. Protesty będą rozpatrywane w czasie do 15 minut od ich zgłoszenia.

Wydawanie numerów startowych oraz materiałów biegowych odbywać się będzie w biurze organizacyjnym biegu w dniu 11.09.2010 r. w godzinach 7:30-9:30.

Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

Dyrektor Biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie o których poinformuje przed rozpoczęciem każdego biegu.

Dyrektor Biegu może wykluczyć z zawodów osoby nie przestrzegające ładu sportowego.

Decyzje lekarza dotyczące dopuszczenia do biegu i jego kontynuowania są ostateczne i nieodwołalne.

Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu.

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora po zasięgnięciu opinii Sędziego Głównego zawodów.

Uczestników biegu obowiązuje niniejszy regulamin i przepisy PZLA.

Wszelkie kwestie sporne dotyczące III Wysokogórskiego Biegu rozstrzyga Sędzia Główny, jego decyzje są ostateczne i niepodważalne.

Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy.

Osoby z którymi można kontaktować się w sprawie biegu: Leszek Behounek, tel. kom +48693638643 oraz Biuro Organizacyjne III Wysokogórskiego Biegu im. Franciszka Marduły . Tel/fax. 018 2064156



DYREKTOR BIEGU

Leszek Behounek

## **PROGRAM ZAWODÓW**

10.09.2010 r. godz. 18:00 złożenie kwiatów na grobie dh Franciszka Marduły

11.09.2010 r. godz. 7:30 - 9:30 wydawanie pakietów startowych

9:45 - zbiórka zawodników na placu obok kina „Sokół”

10:00 - start biegu głównego i „otwartego” sprzed kina „Sokół”

16:00 - uroczyste zakończenie zawodów (Hotel Górski „Kalatówki”)

