REGULAMIN NARATONU 2022
Bieg etapowy na dystansie 42 km

06.02.2022 – 13.03.2022

1. Cel i założenia

Poprawa stanu zdrowia poprzez regularny wysiłek fizyczny.
Zwiększenie wydolności oddechowej poprzez bieganie.
Popularyzacja biegania , jako najprostszych form rekreacji fizycznej.
Propagowanie wśród lokalnej społeczności zdrowego trybu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu.
Prezentacja terenów leśnych oraz wytyczonych i oznakowanych ścieżek biegowych.
Umożliwienie początkującym i niepełnoletnim biegaczom ukończenia maratonu – na początek w ratach.
Poznanie się i integracja uczestników i klubów sportowych.

2. Organizator

Fundacja Od Zmierzchu Do Świtu

3. Współorganizator

Urząd Miasta Opole, Urząd Gminy Turawa, Urząd Gminy Chrząstowice, Urząd Gminy Dąbrowa, Urząd Gminy Łubniany

5. Patronat

Marszałek Województwa Opolskiego
24opole.pl

6. Termin i miejsce zawodów

Zawody zorganizowane będą w systemie 6 etapów po 7 km. Poszczególne etapy NaRatonu odbędą się w 6 kolejnych niedziel lutego i marca, z wyłączeniem według porządku:

Etap	Dystans	Termin	Miejsce zawodów
1) - etap I	7 km	06.02.2022 r. niedziela	Grudzice – start w okolicy strzelnicy
1) - etap II	7 km	13.02.2022 r. niedziela	Suchy Bór – start przy Mostku Sponsorów
3) - etap III	7 km	20.02.2022 r. niedziela	Zawada – trasa Turawskiej Siódemki
4) - etap IV	7 km	27.02.2022 r. niedziela	Masów – **trasa w trakcie wyznaczania**
5) - etap V	7 km	06.03.2022 r. niedziela	Ciepielowice – **trasa w trakcie wyznaczania**
6) - etap VI	7,195 km	13.03.2022 r. niedziela	Suchy Bór – start z boiska WKS Suchy Bór

7. Organizacja startów

Start każdego z etapów będzie się odbywać w dwóch formułach:

- **start wspólny** o godzinie 11:00

- **starty indywidualne** od 11:00 do 14:00.

W przypadku ograniczeń związanych z COVID-19 będziemy na bieżąco informować wszystkich uczestników drogą mailową o planach związanych z przebiegiem zawodów. Jeśli nie będzie możliwości

przeprowadzenia zawodów w normalnej formule (jeden start dla wszystkich), będziemy udostępniali trasę w godzinach od 11:00 do 14:00 i każdy, kto pojawi się w tym czasie na starcie będzie mieć zmierzony czas, który będzie zsumowany i podany w oficjalnych wynikach.

UWAGA! BIURO ZAWODÓW BĘDZIE CZYNNE OD 9:00-10:30 w Grudzicach w okolicach strzelnicy – ODBIÓR TYLKO NR STARTOWEGO NA PODSTAWIE WYPEŁNIONEGO OŚWIADCZENIA! ZAPISY TYLKO PRZEZ INTERNET. Organizator dopuszcza otwarcie biura przed zawodami, w przypadku zniesienia obostrzeń sanitarnych.

Organizator ma prawo zmienić miejsce i godzinę rozegrania zawodów powiadamiając o tym uprzednio zawodników.
Po ostatnim biegu odbędzie się uroczyste zakończenie imprezy i wręczenie nagród utrzymując obowiązujący wtedy reżim sanitarny.

8. Pakiet startowy

- pamiątkowy numer startowy z chipem pomiarowym
- prezent niespodzianka

9. Dystans i trasa

- Bieg
- Nordic Walking
Etapy I,II,III,IV,V – 7 km; etap VI – 7,195 km;
Uwaga: Do klasyfikacji ogólnej liczony będzie czas 6 biegów (etapy I-VI). Siódmy etap JOKER będzie etapem wirtualnym, tylko dla uczestników, którzy mają nieukończony jeden z etapów do zaliczenia maratonu. Każdy zawodnik, który ukończy ten etap, będzie zobowiązany do przesłania pliku graficznego z wynikiem do 13 marca.

Trasa crossowa w terenie leśnym. Zawody przeprowadzone zostaną na wytyczonych i oznakowanych, co 1 kilometr ścieżkach. W przypadku „ostrej" zimy na trasie może być ślisko. Należy zachować szczególną ostrożność podczas biegu.

10. Uczestnictwo

Bieg jest otwarty dla wszystkich zainteresowanych osób zrzeszonych w klubach sportowych jak i amatorów, które w dniu zawodów mają ukończone 16 lat. Osoby niepełnoletnie w wieku od 16 do 18 lat są zobowiązane do posiadania pozwolenia od rodziców lub prawnych opiekunów na udział w biegach. Warunkiem udziału w biegach jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegach lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegach na własną odpowiedzialność (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095).
Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegach.

Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych. Przekazanie Organizatorowi wypełnionego formularza rejestracyjnego oraz podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań do udziału w biegach oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegach i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w biegach wyłącznie na własną odpowiedzialność.

11. Zgłoszenia

Ze względów organizacyjnych oraz wprowadzonej pandemii **Covid-19** zgłoszenia odbywać będą się **tylko i wyłącznie drogą elektroniczną** poprzez formularz dostępny na stronach organizatora.
Organizator ustala limit numerów startowych – 150 osób **BIEG i** 50 osób **Nordic Walking.**
Limity dotyczą osób zapisanych i opłaconych!

Bezpośredni link do zapisów elektronicznych:
https://www.zmierzymyczas.pl/1337/naraton-2022.html

Formularz zgłoszeń wyłączony zostanie 05.02.2022 r.

Każdy zarejestrowany zawodnik ODBIERA SWÓJ NR STARTOWY PODCZAS I ETAPU NARATONU!

12. Numer startowy

Numery startowe będą wyposażone w chipa pomiarowego. Numer przydzielony zawodnikowi przed jego pierwszym startem będzie jego numerem do końca cyklu. **Numeru startowego nie zdajemy organizatorowi po biegu.**
Należy dbać o numer startowy, bo będzie posługiwać się nim przez cały cykl. Numery startowe należy przymocować z przodu tak, aby był bardzo dobrze widoczne podczas przekraczania startu i mety.
Zawodnicy bez widocznego numeru startowego nie będą sklasyfikowani.
Używać można jedynie oficjalnych numerów startowych, które posiadają chipa pomiarowego.
Brak odczytu pojawienia się zawodnika na mecie będzie powodować dyskwalifikację.
W przypadku zgubienia lub zniszczenia numeru należy poinformować o tym fakcie organizatora.
Pod karą dyskwalifikacji zabrania się przekazywania swojego numeru startowego innym osobom.

13. Pomiar czasu

Podstawą klasyfikacji jest elektroniczny pomiar czasu wykonywany za pomocą chipa, którego zawodnik otrzymuje w numerze startowym. Zgodnie z przepisami PZLA klasyfikacja zawodników w kategorii generalnej oraz kategoriach wiekowych powinna odbywać się **na podstawie czasu rzeczywistego** (brutto, liczonego od chwili strzału startera).
W NaRATONIE dla wszystkich zawodników obowiązywać będzie klasyfikacja według **czasu netto** (czas od przekroczenia linii startu do przekroczenia linii mety).

W przypadku obostrzeń epidemicznych uniemożliwiających przeprowadzenie zawodów w formie otwartych zawodów, organizator przewiduje uruchomienie otwartej strefy start/meta w godzinach 11:00 – 14:00 i każdy zawodnik wyposażony w numer z chipem będzie miał zmierzony czas.

14. Opłata startowa

Obowiązuje jednorazowa opłata startowa w wysokości **70 zł** płatna za pomocą szybkich przelewów **tpay.com**
Opłata za start w pojedynczym etapie wynosi **20 zł** za każdy etap.
W wyjątkowych sytuacjach organizator może zwolnić uczestnika z opłaty.

15. Klasyfikacja końcowa i nagrody

Klasyfikacja generalna w **BIEGU** kobiet i mężczyzn, wg uzyskanego czasu netto.

Klasyfikacja generalna w **NORDIC WALKING** kobiet i mężczyzn, wg uzyskanego czasu netto.
Wyniki dostępne będą na stronie www.zmierzymyczas.pl oraz facebook.com/ZmierzymyCzaspl

TYLKO OSOBY, KTÓRE UKOŃCZĄ WSZYSTKIE ETAPY W WYZNACZONYM DNIU I O WYZNACZONEJ GODZINIE BĘDĄ MOGŁY RYWALIZOWAĆ O PODIUM WE WSZYSTKICH KLASYFIKACJACH!

Medale dla wszystkich, którzy ukończą cały cykl zawodów i przebiegną dystans maratoński.
W **BIEGU** za zajęcie miejsc 1-3 w klasyfikacji końcowej kobiet i mężczyzn oraz w kategoriach wiekowych: MK20, MK30, MK40, M50, K50+, M60+ – specjalne TROFEA.
W **NORDIC WALKING** za zajęcie miejsc 1-3 w klasyfikacji końcowej kobiet i mężczyzn – specjalne TROFEA.
Klasyfikacja drużynowa: 4 zawodników, w tym min. jeden płci przeciwnej (o zwycięstwie decyduje najniższa suma czasów jej członków). Wyróżnione zostaną 3 najlepsze kluby/drużyny.

16. Uwagi Końcowe

- Każdy uczestnik startuje w zawodach na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko (w przypadku zawodników niepełnoletnich na odpowiedzialność rodziców lub prawnych opiekunów). Podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095).
- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Zawody odbędą się przy ograniczonym ruchu.
- Zawodnicy mają obowiązek zachować szczególną ostrożność podczas biegu.
- Startujących obowiązuje odpowiedni do warunków ubiór i obuwie sportowe.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną oraz toalety podczas każdego etapu.
- Organizator nie ubezpiecza zawodników na czas zawodów. Nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i uczestnictwem w biegach. Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.
- Organizator nie zapewnia depozytu, szatni, natrysków w trakcie trwania imprezy biegowej.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
- Uczestnicy zawodów proszeni są o niezaśmiecanie trasy biegu i szczególną troskę o środowisko naturalne oraz
przestrzeganie zasad obowiązując w lasach zgodnie z art. 29 i 30 Ustawy o Lasach z dnia 28.09. 1991.
- Koszty noclegów i dojazdów każdy zawodnik pokrywa we własnym zakresie.
- Organizatorzy zapewniają sobie prawo startu tego samego dnia przed lub po biegu głównym a ich wyniki
doliczane są do klasyfikacji generalnej.
- Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora.
- Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na wykorzystanie przez organizatora ich wizerunku w celu relacji z imprezy i jego promocji w mediach.
- Organizator ma prawo nie przyjęcia zgłoszenia Uczestnika bez podania przyczyny.
- Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji regulaminu.