

# XIV Międzynarodowy Ekstremalny Maraton Pieszy KIERAT 2017

## Słopnice pow. Limanowa 26 – 28 maja 2017 r.

### REGULAMIN

#### 1. Organizatorzy

Biuro Turystyczne LimaTur, ul. M. Mordarskiego 6, 34-600 Limanowa, tel./fax 18-33-74-999, tel. 18-33-73-999, e-mail: biuro@limatur.pl, URL: <http://www.limatur.pl>;  
Starostwo Powiatowe w Limanowej, ul. J. Marka 9, 34-600 Limanowa, tel. 18-33-37-800, e-mail: starostwo@powiat.limanowa.pl, URL: <http://www.powiat.limanowa.pl>;  
Urząd Gminy Słopnice, 34-615 Słopnice 911, tel. 18-33-26-200, e-mail: gmina@slopnice.pl, URL: <http://www.slopnice.pl>;  
Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe – Sekcja Operacyjna Limanowa ul. M. Mordarskiego 6, 34-600 Limanowa, tel. 18-33-71-999;  
Gimnazjum im. Adama Mickiewicza w Słopnicach, 34-615 Słopnice 732, e-mail: gimnazjum@slopnice.pl, URL: <http://www.gim.slopnice.pl>;  
przy współpracy Jednostki Strzeleckiej Nr 2007 ZS "Strzelec" OSW w Tymbarku.

#### 2. Patronat honorowy

Wiceminister Finansów – Pan Wiesław Janczyk,  
Starosta Powiatu Limanowskiego – Pan Jan Puchała,  
Wójt Gminy Słopnice – Pan Adam Sołtys.

#### 3. Komitet organizacyjny

Dyrektor Zawodów – Andrzej Piławski,  
Budowniczy Trasy, Sędzia Główny – Andrzej Sochoń,  
Szef Biura Zawodów, Sędzia Pomocniczy – Tomasz Baranowski,  
Kierownik Zespołu Lekarskiego – lek. med. Zygmunt Chaja, lek. med. Robert Żmuda,  
Kierownik Sekcji Operacyjnej GOPR – Adam Matras.

#### 4. Cele maratonu

Sprawdzenie granic własnej wytrzymałości fizycznej i psychicznej. Prezentacja walorów krajoznawczych Ziemi Limanowskiej. Propagowanie aktywnego wypoczynku.

#### 5. Termin

Maraton odbędzie się w dniach 26-28 maja 2017 roku.

#### 6. Baza maratonu

Gimnazjum im. Adama Mickiewicza w Słopnicach, 34-615 Słopnice 732, e-mail: gimnazjum@slopnice.pl, URL: <http://www.gim.slopnice.pl>;  
Współrzędne GPS: N 49°41,850' E 020°20,940'

#### 7. Program

##### 26 maja (piątek)

godz. 12.00 - 17.00 – rejestracja uczestników (baza maratonu),  
godz. 17.30 – odprawa techniczna (stadion KS Sokół Słopnice),  
godz. 17.45 – uroczyste otwarcie maratonu (stadion KS Sokół Słopnice),  
godz. 18.00 – start maratonu (stadion KS Sokół Słopnice),

##### 27 maja (sobota)

od godz. 6.00 – oczekiwanie na mecie na najszybszych maratończyków,  
godz. 24.00 – zamknięcie mety maratonu,

##### 28 maja (niedziela)

godz. 9.00 – uroczyste zakończenie maratonu (gimnazjum - sala gimnastyczna),  
do godz. 11.00 – opuszczenie bazy maratonu.

#### 8. Trasa

Długość: **ok. 100 km**, Suma podejść: **ok. 3900 m**,  
Liczba punktów kontrolnych: **13**, Limit czasu: **30 godzin**.

Start i meta maratonu w Słopnicach. Trasa maratonu przebiega przez malownicze tereny Beskidu Wyspowego i Gorców. Na trasie znajdują się punkty kontrolne (PK) zlokalizowane w charakterystycznych miejscach. Trasę pomiędzy punktami uczestnicy wybierają samodzielnie.

Charakter terenu: wzniesienia o wysokościach względnych nie przekraczających 800 m, liczne lasy przeważnie mieszane, łąki, hale, pola uprawne, w dolinach liczne zabudowania, na całym terenie gęsta sieć dróg i ścieżek leśnych oraz polnych, drogi dojazdowe do posesji przeważnie utwardzone, niektóre drogi polne błotniste, w wyższych partiach gór kamieniste, na łąkach i halach wysoka trawa. Rano obfita rosa. Na pokonanie całej trasy ustalono 30-godzinny limit czasowy, po którym meta maratonu zostanie zamknięta. Uczestnicy, którzy dotrą do Słopnic po zamknięciu mety mają obowiązek niezwłocznego zgłoszenia się do bazy maratonu.

**Uwaga!** Ze względów bezpieczeństwa, każdy uczestnik maratonu ma bezwzględny obowiązek odmeldowania się w bazie maratonu po ukończeniu marszu. W przypadku rezygnacji z kontynuowania marszu należy zgłosić rezygnację sędziemu na dowolnym punkcie kontrolnym lub telefonicznie sędziemu w bazie maratonu. Zgłoszenie rezygnacji jest równoznaczne z odstąpieniem od dalszego udziału w maratonie. Osoby znajdujące się na trasie, które nie są w stanie dotrzeć do bazy maratonu przed zamknięciem mety mają obowiązek telefonicznego powiadomienia o tym fakcie sędziego w bazie maratonu.

#### 9. Punkty kontrolne

Punkty kontrolne są zlokalizowane w charakterystycznych miejscach i oznaczone w terenie lampionami BnO oraz banerami z symbolem imprezy i numerem punktu. Potwierdzenie obecności na punktach kontrolnych będzie dokonywane za pomocą systemu elektronicznego SPORTident oraz poprzez odnotowanie czasu w karcie sędziowskiej.

Kolejność zaliczania punktów jest obowiązkowa. Ominięcie punktu kontrolnego jest uważane za odstąpienie od udziału w maratonie. Na osiągnięcie każdego punktu kontrolnego wyznaczono limit czasowy dostosowany do tempa marszu przeciętnej turysty.

#### 10. Uczestnictwo

Maraton przeznaczony jest dla miłośników marszobiegów oraz amatorów turystyki pieszej o bardzo dobrym przygotowaniu kondycyjnym, wysokiej odporności psychicznej i umiejętnościach orientacji w terenie. Warunkiem dopuszczenia do startu jest ukończenie 18 lat, złożenie organizatorom pisemnego oświadczenia o starcie w maratonie na własną odpowiedzialność oraz złożenie oświadczenia o stanie zdrowia pozwalającym na udział w maratonie lub okazanie zaświadczenia od lekarza sportowego (zalecane). Osoby nieletnie mogą brać udział w maratonie wyłącznie pod stałą opieką przynajmniej jednego z rodziców lub upoważnionego opiekuna, który ponosi za nie pełną odpowiedzialność. Opiekunowi nie wolno pozostawić podopiecznego na trasie bez opieki. Niedopełnienie tego obowiązku grozi dyskwalifikacją.

#### 11. Wyposażenie

Obowiązkowe wyposażenie każdego uczestnika: kompas, latarka z odpowiednim zapasem baterii, apteczka pierwszej pomocy, zegarek, element odblaskowy lub czerwona lampka sygnalizacyjna umieszczona z tyłu plecaka (obowiązkowo włączona od zmierzchu do świtu podczas poruszania się po drogach przeznaczonych do ruchu kołowego), wygodne obuwie, odzież chroniąca przed zimnem i deszczem, telefon komórkowy, długopis, dokument tożsamości, folia termoizolacyjna (NRC), banknot 50 zł (kaucja) lub karta SI. Ponadto należy mieć ze sobą zapas napoju oraz prowiant, szczególnie na noc (zapasy można uzupełniać w sklepach na trasie; na wybranych punktach kontrolnych będą zapewnione napoje). Zalecane wyposażenie apteczki: środki opatrunkowe, przeciwbólowe, bandaż elastyczny.

#### 12. Mapa

Specjalna kolorowa mapa turystyczna w skali 1:50 000  
Dopuszcza się możliwość korzystania z własnych map.

# XIV Międzynarodowy Ekstremalny Maraton Pieszy KIERAT 2017

## Słupnice pow. Limanowa 26 – 28 maja 2017 r.

### 13. Karta startowa i numer startowy

Każdy uczestnik otrzyma numer startowy, który należy mieć przy sobie przez cały czas trwania imprezy. Potwierdzanie obecności na punktach kontrolnych będzie dokonywane za pomocą systemu SPORTident. Zawodnicy mogą startować z własnymi kartami SI-Card6 i nowszymi lub tCard i pCard. Zawodnicy nie posiadający własnej karty SI będą ją mogli wypożyczyć w biurze obliczeniowym. Za wypożyczenie karty pobiera się kaucję zwrotną w wysokości 50 zł (gotówką). Oplata za wypożyczenie karty w wysokości 5 zł jest doliczona do wpisowego. Obowiązkiem każdego zawodnika jest wyczyszczenie karty w biurze obliczeniowym przed startem i czytanie karty bezpośrednio po dotarciu do bazy zawodów. O zagubieniu karty należy niezwłocznie powiadomić członka ekipy sędziowskiej.

### 14. Klasyfikacja

Klasyfikacja indywidualna (generalna, kobiet i mężczyzn). Łączenie się na trasie maratonu w kilkuosobowe grupy jest dozwolone, a w przypadku osób mniej doświadczonych nawet wskazane. O zajętych w klasyfikacji miejscu decyduje ilość zaliczonych w limicie czasu punktów kontrolnych określona na podstawie karty SI, a w przypadku takiej samej ich ilości, czas dojścia do mety lub ostatniego osiągniętego punktu kontrolnego. Dystans przebyty na kolejnych maratonach KIERAT jest zaliczany do klasyfikacji „Za wytrwałość”. Wszyscy uczestnicy, którzy dotrą do mety w wyznaczonym limicie czasu, otrzymają punkty do klasyfikacji Pucharu Polski w Pieszych Maratonach na Orientację.

### 15. Wpisowe

Wpisowe w wysokości **80 zł** od osoby należy wpłacić na konto B.T. LIMATUR, 34-600 Limanowa, ul. M. Mordarskiego 6, Bank Spółdzielczy Limanowa **24 8804 0000 0070 0002 2552 0006**, wpisując w rubryce „tytuł wpłaty” nazwę KIERAT 2017 oraz imię i nazwisko uczestnika, którego wpłata dotyczy. Jeżeli wpłata jest dokonywana jednym przelewem za kilka osób (maks. 3), należy podać ich imiona i nazwiska. Wpisowe dla zawodników posiadających kartę tCard, pCard, SI-Card6 lub nowszą jest obniżone o **5 zł**. Wpłaty należy dokonać **do 2 maja** br. (data księgowania na koncie organizatora). Po tym terminie wpisowe wzrasta o **30 zł**. Potwierdzenie wpłaty wpisowego należy okazać podczas rejestracji w biurze zawodów.

### 16. Zgłoszenia

Zgłoszenia poprzez internetowy formularz zgłoszeniowy lub pocztą tradycyjną na adres: Biuro Turystyczne „LimaTur”, 34-600 Limanowa, ul. M. Mordarskiego 6, z dopiskiem KIERAT 2017 będą przyjmowane do 22 maja br. lub do wyczerpania limitu miejsc. Zgłoszenie po tym terminie nie gwarantuje pełnych świadczeń i może być przyjęte wyłącznie po indywidualnym uzgodnieniu z organizatorami. Zgłoszenie staje się ważne z chwilą wpłaty wpisowego.

Liczba zgłoszeń ograniczona - maksimum 800 osób.

**Uwaga:** W razie rezygnacji osoby zgłoszonej z udziału w maratonie, ma ona obowiązek niezwłocznego powiadomienia o tym fakcie organizatorów poprzez formularz rezygnacji, telefonicznie lub pocztą elektroniczną. W przypadku rezygnacji do 22 maja br. włącznie, wpisowe zostanie zwrócone na rachunek bankowy, z którego zostało przelane z potrąceniem opłaty manipulacyjnej w wysokości 15 zł.

Osobom, które zrezygnują po zamknięciu listy startowej, nie zwracamy wpisowego.

### 17. Świadczenia

Każdemu uczestnikowi maratonu organizatorzy zapewniają: komplet materiałów startowych (mapa, karta-numer startowy, opaska odbłaskowa, plakietka, torebka strunowa), możliwość wypożyczenia karty SPORTident, możliwość korzystania z urządzeń bazy maratonu (sala gimnastyczna, stołówka, przechowalnia bagażu, łazienki, WC), posiłek na mecie maratonu, wodę na wybranych punktach kontrolnych, noclegi na szkolnej sali gimnastycznej (trzeba posiadać własną karimatę i śpiwór), pomoc GOPR w razie wypadku, opiekę medyczną w bazie maratonu, ubezpieczenie zbiorowe NNW uczestników sportów ekstremalnych.

### 18. Nagrody

Główną nagrodą w maratonie jest satysfakcja z pokonania własnych słabości. Każdy uczestnik, który zaliczy przynajmniej jeden punkt kontrolny otrzyma pamiątkowy dyplom i medal. Przewidziane są upominki dla wyróżniających się zawodników.

### 19. Dojazd

Dojazd do bazy maratonu we własnym zakresie. Z Limanowej możliwy dojazd komunikacją mikrobusową do przystanku Słupnice Dolne. Szczegółowe informacje na temat dojazdu komunikacją zbiorową zostaną podane na stronie internetowej maratonu.

### 20. Postanowienia ogólne

- 1) Maraton ma charakter pieszy. Trasę należy pokonywać idąc lub biegnąc na własnych nogach. Korzystanie z jakichkolwiek środków lokomocji oraz roweru, łyżworolek itp. jest zabronione. Można korzystać z kijków trekkingowych.
- 2) Maraton odbyć się bez względu na pogodę. W razie wystąpienia zjawisk atmosferycznych czasowo uniemożliwiających bezpieczny marsz, organizator może wydłużyć limity czasowe na osiągnięcie punktów kontrolnych i pokonanie całej trasy.
- 3) Uczestnicy biorą udział w maratonie na własną odpowiedzialność i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić odszkodowania od organizatorów.
- 4) Organizatorzy nie zapewniają transportu do bazy uczestników, którzy rezygnują w trakcie maratonu z kontynuowania marszu.
- 5) Z telefonu alarmowego GOPR należy korzystać tylko w razie wypadku, ciężkiej kontuzji lub innych okoliczności uzasadniających wezwanie pomocy.
- 6) Korzystanie ze zorganizowanej pomocy osób trzecich podczas pokonywania trasy jest niedozwolone. Ekwipunek niezbędny do pokonania trasy należy mieć cały czas przy sobie, za wyjątkiem części prowiantu i napojów, które można uzupełniać na trasie.
- 7) Używanie GPS jest dozwolone, jednak kompas i mapa w zupełności wystarczą uczestnikowi o przeciętnych umiejętnościach orientacji w terenie do dotarcia do wyznaczonych punktów kontrolnych. Można korzystać z własnych map.
- 8) Zabronione jest pozostawianie śmieci i odpadków na trasie poza miejscami wyznaczonymi. Na punktach kontrolnych będą umieszczone worki na odpady.
- 9) Zabronione jest niszczenie upraw rolniczych i nasadzeń leśnych.
- 10) Zabronione jest rozpalać ognisk i używanie otwartego ognia w lesie i w miejscach zagrożonych pożarem.
- 11) Przez obszary rezerwatów przyrody i parków narodowych wolno przechodzić wyłącznie po znakowanych szlakach turystycznych.
- 12) Zabronione jest zakłócanie porządku publicznego przez uczestników maratonu na trasie i w bazie przez cały czas trwania imprezy.
- 13) O wszelkich zauważonych zagrożeniach uczestnik maratonu ma obowiązek niezwłocznie powiadomić organizatorów bezpośrednio na najbliższym punkcie kontrolnym, telefonicznie lub za pomocą innych dostępnych środków łączności.
- 14) Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za konsekwencje wchodzenia przez uczestników na tereny stanowiące własność prywatną.
- 15) Na maratonie obowiązują zasady fair play. Utrudnianie marszu innym uczestnikom maratonu, wprowadzanie ich w błąd, a w szczególności niszczenie lub zasłanianie oznaczeń punktów kontrolnych oraz zabieranie przyrządów do potwierdzania obecności jest niedozwolone i grozi wykluczeniem z udziału w maratonie.
- 16) Uczestnictwo w maratonie nie zwalnia z obowiązku przestrzegania przepisów prawa, w szczególności określonych ustawą "Prawo o ruchu drogowym".
- 17) Nieprzestrzeganie niniejszego regulaminu grozi dyskwalifikacją uczestnika.
- 18) Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatorów.

Dyrektor Zawodów - Andrzej Piławski, Sędzia Główny - Andrzej Sochoń