



ULTRA ŚLEDŹ



TWORZYWA

fundacja

**Regulamin ULTRA ŚLEDŹ PUSZCZY KNYSZYŃSKIEJ
80,6km**

Data:

14.02.2026r. (sobota)

Miejsce startu i mety:

Ogrody Liceum Sztuk Plastycznych – wejście od pl. T. Kościuszki przy Restauracji Bohema.

Zbiórka w punkcie startu i weryfikacja:

godz. 5:30 (możliwość zdania depozytu na stracie)

Start: 14.02.2026r.

godz. 6.00

Zamknięcie mety: 14.02.2026r.

godz. 18:00 (limit 12h)

Biuro zawodów:

Dom Ludowy, ul. J. Piłsudskiego 11 w Supraślu

• odbiór pakietów startowych 13.02. (piątek) od 13.00 do 22.00

Istnieje możliwość odebrania pakietu przez osoby trzecie z wydrukowanym i podpisanym oświadczeniem osoby startującej (do pobrania na stronie internetowej, zostanie też wysłany na email przed zawodami).

Dekoracja zawodników:

14.02. (sobota) 20.00 Dom Ludowy – Biuro Zawodów

Organizator:

Fundacja Tworzywa
ul. Kodeksu Supraskiego 21
16-030 Supraśl
ultrasledz@gmail.com
fundacjatworzywa@gmail.com
<https://www.facebook.com/ultrasledz>
www.fundacjatworzywa.pl

Prosimy o zapisanie podanych numerów w telefonie.

Numer do medyka 606 979 103

Organizator: Marcin Matejczuk 782 932 228

Biuro zawodów i wolontariat: Magdalena Matejczuk 695 360 539

Koordynator trasy: Wojciech Mojsak 506 109 088

Trasa:

Trasa biegu ma długość 80,6km i w 95% prowadzi leśnymi drogami, duktami i ścieżkami, w 5% asfaltem. Aktualna mapa, przewyższenie i ślad GPS zostaną zamieszczone na stronie internetowej zawodów, a bliżej zawodów zostaną rozesłane na adres e-mail wraz z najważniejszymi informacjami.

Skracanie trasy:

Skracanie trasy będzie skutkowało naliczeniem czasu +10min/km do końcowego wyniku.

ITRA: 3pkt.

Punkty kontrolne i odżywcze na dystansie:

PK1 Ogrodniczki (18,9km) – 7.00-8.50, słone i słodkie przekąski, napoje zimne, herbata, izotonik

PK2 Królowy Most (38,6km) – 8.45-11.30, ciepły posiłek, słone i słodkie przekąski, napoje zimne, izotonik, herbata

PK3 Lipowy Most (55,9km) 9.45 -14.45, ciepły posiłek, słone i słodkie przekąski, napoje zimne, herbata, izotonik

PK4 Jałówka - wiata pod dębami (76,4km) 11.00 -17.40, ciepły posiłek, słone i słodkie przekąski, napoje zimne, herbata, izotonik

META (80,5km) posiłek regeneracyjny, kawa, herbata, izotonik

12 h – przekroczenie linii mety najpóźniej o godz. 18:00

Punkty kontrolne są jednocześnie punktami odżywczymi, czyli obecność na nich jest obowiązkowa. Dodatkowo na trasie zostały wyznaczone punkty kontrolne, na których

wolontariusze sprawdzają listę zawodników oraz pokazują drogę. Na starcie, mecie i na trasie przewidziano elektroniczny pomiar czasu (chip na numerze startowym).

***Istnieje możliwość zakupienia trackera GPS (50 zł). Link do śledzenia zostanie opublikowany w dniu zawodów.**

Oznakowanie:

Trasa będzie oznakowana różową taśmą z logo biegu i odblaskami. Na trasie pojawią się również tablice ze strzałkami. Trasa Ultra Śledzia ma taśmy z odblaskami, jeśli zawodnik biegnie i widzi taśmy bez odblasków, to znaczy, że jest na trasie Ultra Leszcza.

Ze względu na pojawiające się sytuacje, w których osoby nie związane z zawodami zdejmują taśmy, prosimy o wgranie mapy do urządzenia nawigującego (telefon, zegarek), uwagę na trasie. Organizator zapewnia, iż reaguje na wszelkie informacje dotyczące zwieszenia taśm, jednak jest to trasa dosyć długa, a niektóre miejsca trudne do szybkiego pokonania.

Klasyfikacja:

Zwycięzcy będą klasyfikowani w 2 kategoriach: kobiety i mężczyźni.

Nagrody:

Trójka zawodników, którzy jako pierwsi przebiegną trasę biegu w kategorii kobiet i mężczyzn otrzymają nagrody w postaci voucherów na kolejną edycję Ultra Śledzia Puszczy Knyszyńskiej na wybrany dystans oraz nagrody rzeczowe. Nagrody uzależnione są od hojności sponsorów.

Warunki uczestnictwa:

Uczestnikiem zawodów może zostać osoba, która najpóźniej w dniu startu ukończy 18 lat. Zawodnicy oświadczają, że startują na własną odpowiedzialność, oraz że nie występują u nich przeciwwskazania zdrowotne do udziału w terenowym biegu ultra dystansowym, co potwierdzają podpisując oświadczenie przy odbiorze pakietu startowego. Odbiór pakietu - osobisty z dowodem tożsamości w przeddzień zawodów lub przez osoby trzecie z wydrukowanym i podpisanym przez zawodnika oświadczeniem (do pobrania na stronie internetowej).

Zorganizowana pomoc dopuszczalna jest wyłącznie w promieniu 100m od oficjalnych punktów odżywczych organizatora. Zakazana jest jakkolwiek pomoc osób trzecich na trasie biegu. Za korzystanie z pomocy na trasie grozi dyskwalifikacja zawodnika. Każdy Zawodnik musi odwiedzić wszystkie punkty odżywcze oraz punkty kontrolne rozmieszczone na całej trasie i mieć numer startowy w widocznym miejscu. Niepojawienie się na wszystkich punktach kontrolnych skutkuje dyskwalifikacją zawodnika.

Wszyscy uczestnicy biegu muszą przestrzegać Regulaminu Zawodów, przepisów poruszania się po drogach publicznych oraz zasad poruszania się po Parku Krajobrazowym Puszczy Knyszyńskiej. Nieprzestrzeganie regulaminu może grozić dyskwalifikacją zawodnika. Na trasie obowiązuje bezwzględny zakaz śmiecenia, niszczenia roślinności oraz innych działań niosących szkodę przyrodzie. Nieprzestrzeganie tych zasad będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodnika.

Zawodnik, który schodzi z trasy powinien poinformować o tym fakcie Organizatora biegu..

Punkty żywieniowo – kontrolne będą zamykane pół godziny po limicie czasowym ustalonym dla danego punktu.

Decyzja zabezpieczenia medycznego o możliwości kontynuacji biegu przez Uczestnika w przypadku problemów zdrowotnych jest ostateczna.

Zgłoszenia: Zgłoszeń można dokonywać poprzez elektroniczną platformę <https://b4sportonline.pl/>

Osoby, które wygrały voucher na nasz bieg, zobowiązane są do zapisania się i poinformowania Organizatora o chęci skorzystania z nagrody.

Zawodnik zostanie odznaczony na liście startowej jako opłacony.

Data rozpoczęcia zapisów:

4.03.2025r. g. 18.00

Data zakończenia zapisów:

7.02.2026r. 23:59

UWAGA opłaty za zapisy przyjmujemy do 8.02.2026r.

Opłaty:

Wysokość opłaty startowej dla dystansu 80,6 km wynosi:

4.03.2025r. – 31.05.2025r. 180zł

1.06.2025r. - 30.11.2025r. - 200zł

1.12.2025r. - 7.02.2026r. - 220zł

Opłatę startową należy wpłacać na konto:

BNP Paribas 14 1750 0012 0000 0000 4080 6296

Fundacja Tworzywa

ul. Kodeksu Supraskiego 21

16-030 Supraśl

z dopiskiem: opłata startowa (imię i nazwisko) lub za pośrednictwem AutoPay.

Przepisywanie pakietów będzie możliwe do końca zapisów. Nie zwracamy opłat startowych i nie przenosimy ich na kolejne zawody w przypadku rezygnacji ze startu.

Wyposażenie obowiązkowe:

Uwaga! Organizator zastrzega sobie możliwość kontroli wyposażenia obowiązkowego na starcie, mecie i na trasie biegu. W przypadku braku wyposażenia obowiązkowego na starcie zawodnicy nie będą dopuszczeni do startu. Zawodnicy mogą zostać wyrzuceni kontrolowani również na mecie – brak któregoś elementu wyposażenia, będzie skutkował doliczeniem czasu +10min za każdy.

-**numer startowy** dostarczony przez Organizatora (umieszczony z przodu w sposób umożliwiający jego odczytanie pracownikom obsługi biegu),

-**naładowany telefon komórkowy** z wpisanymi numerami organizatora biegu oraz medyka,
-**gwizdek**,

-**folia NRC** – minimalny rozmiar 140 x 200 cm,

-**osobisty kubek**,

-**czołówka** lub latarka

Wyposażenie rekomendowane:

- ubranie odpowiednie do pogody w całości nieprzemakalne i nieprzewiewne plecak biegowy lub nerka,
- pojemniki na wodę (butelki, bidony) o łącznej pojemności 1L,
- zapas jedzenia wystarczający do następnego punktu żywieniowego,
- bandaż elastyczny i opatrunek jałowy,
- telefon lub zegarek z wgraną trasą.

Prosimy o zapoznanie się z trasą biegu (mapami i śladem gpx) udostępnionymi na stronie www.fundacjatorzywa.pl

Ze względów bezpieczeństwa Organizator zastrzega sobie prawo do skrócenia trasy, zmiany godziny startu, przerwania lub odwołania Zawodów w przypadku wystąpienia bardzo trudnych warunków atmosferycznych, klęsk żywiołowych czy obostrzeń dotyczących pandemii bez możliwości zwrotu wpisowego.

Zapisanie się na bieg jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.