

# REGULAMIN SUPRASKIEGO MARATONU LEŚNEGO

## Bieg towarzyszący ~ 21 km

### **Organizator:**

FUNDACJA TWORZYWA  
ul. Kodeksu Supraskiego 21,  
16-030 Supraśl  
NIP 9662124183

**Dyrektor zawodów:** Marcin Matejczuk, tel. 782 932 228

**Biuro zawodów:** Magda Matejczuk, tel. 695 360 539

### **Współorganizator:**

Gmina Supraśl, Centrum Kultury i Rekreacji w Supraślu, Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego

[supraskimaratonleśny@gmail.com](mailto:supraskimaratonleśny@gmail.com)

[www.fundacjatorzywa.pl](http://www.fundacjatorzywa.pl)

[Supraski Maraton Leśny | Facebook](#)

### **Termin:**

**(sobota) 2.09.2023r.**

### **Miejsce startu i mety:**

Ogrody Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych w Supraślu przy budynku dawnej koniuszni (obecnie sala gimnastyczna) wejście od lewej strony budynku Liceum (przy restauracji Bohema)

### **Trasa:**

Trasa biegu ma długość ok. 21 km. Mapa i truck zostaną udostępnione na profilu Facebook, stronie www oraz zostaną wysłane drogą elektroniczną każdemu uczestnikowi.

### **Start – godz. 9.30**

(depozyt czynny od godz. 8:30; zbiórka na starcie godz. 9:00)

Zamknięcie mety – godz. 12.30 **(limit 3h)**

### **Biuro zawodów:**

Dom Ludowy przy ul. Piłsudskiego 11 w Supraślu

**– osobisty odbiór pakietów startowych (piątek) 1.09.2023r (godz. 16:00 – 22:00)**

– istnieje możliwość odbierania pakietów przez osoby trzecie (z podpisanym oświadczeniem – do pobrania na stronie [www.fundacjatorzywa.pl](http://www.fundacjatorzywa.pl). Oświadczenie wyślemy również drogą e-mailową przed zawodami)

### **Dekoracja zawodników:**

Ogrody Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych w Supraślu  
godz. 16.00

Przewidujemy losowanie nagród, więc zachęcamy wszystkich do pozostania na dekoracji.

### **Oplata startowa:**

14 1750 0012 0000 0000 4080 6296 BNP Paribas

Fundacja Tworzywa

ul. Kodeksu Supraskiego 21,  
16-030 Supraśl

z dopiskiem: imię i nazwisko uczestnika - opłata startowa Supraski Maraton Leśny

**1.04. - 31.05.2023 - 115zł**

**1.06. - 15.07.2023 - 130zł**

**16.07.-29.08.2023 - 145zł**

### **Punkty żywieniowe:**

2 punkty na trasie:

- Leśna Galeria Rzeźb 7,5km

- ok. 15km

oraz posiłek regeneracyjny na mecie

### **Oznakowanie:**

Trasa będzie oznakowana różową taśmą ostrzegawczą z logo biegu, co 50 metrów.

### **Charakter biegu / klasyfikacja zwycięzców:**

Zawody mają charakter biegu na czas, trasą poprowadzoną po drogach i duktach leśnych, w tym po szlakach turystycznych Puszczy Knyszyńskiej i ścisłych rezerwach. Zwycięzcy będą klasyfikowani w 2 kategoriach: kobiety i mężczyźni.

### **Warunki uczestnictwa:**

Uczestnikiem biegu może zostać osoba, która najpóźniej w dniu startu ukończy 18 lat, zapisała się i opłaciła opłatę startową przed wyczerpaniem limitu miejsc.

Każdy z zawodników ma obowiązek: - osobiście lub za pomocą osoby trzeciej, odebrać pakiet startowy w Biurze Zawodów w przeddzień startu. **Nie wydajemy pakietów w dniu zawodów.**

### **Należy:**

– stawić się punktualnie na starcie (odznaczamy na liście osoby startujące)

– umieścić numer startowy w widocznym miejscu

– posiadać naładowany telefonu komórkowy z wpisanym numerem do Organizatora oraz medyków (ważne numery podamy przy odbiorze pakietu)

– poruszać się wyłącznie po wyznaczonej trasie

Zakazana jest jakakolwiek pomoc osób trzecich na trasie. Za korzystanie z pomocy grozi dyskwalifikacja zawodnika.

**Skracanie trasy grozi karami czasowymi – odejmujemy 10min za 1km skróconej trasy.**

### **Rezygnacja:**

W razie rezygnacji z biegu Organizator nie zwraca opłaty startowej. **Istnieje możliwość przepisania pakietu do końca zapisów.** Kontakt z biurem zawodów (695 360 539 lub [supraskimaratonlesny@gmail.com](mailto:supraskimaratonlesny@gmail.com)).

W przypadku ewentualnej chęci rezygnacji na trasie, niezbędne jest telefoniczne poinformowanie Organizatora pod numerem wskazanym w pakiecie startowym (782 932 228, 695 360 539). **Organizator nie gwarantuje zwiezienia z trasy.**

### **Świadczenia:**

- obsługa konferansjerska

– pakiet z numerem startowym

– 2 posiłki na trasie i posiłek regeneracyjny na mecie (piknik w ogrodach PLSP)

– obsługa sędziowska na trasie

– obsługa medyczna

- obsługa fotograficzna

– elektroniczny pomiar czasu

- wyraźne oznakowanie trasy taśmą ostrzegawczą
- depozyt
- pamiątkowy medal dla wszystkich, którzy ukończą bieg w limicie czasu

### **Nagrody:**

Pakiet startowy na SML 2024 oraz nagrody rzeczowe uzależnione od hojności sponsorów.

### **Bezpieczeństwo:**

Zawodnicy oświadczają, że startują na własną odpowiedzialność, oraz że nie występują u nich przeciwwskazania zdrowotne do udziału w terenowym biegu, co potwierdzą podpisując oświadczenie przy odbiorze pakietu startowego. W razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą rościć żadnych pretensji wobec organizatorów. Uczestnicy zobowiązują się do przestrzegania Regulaminu, zasad poruszania się po Parku Krajobrazowym Puszczy Knyszyńskiej oraz do zachowania szczególnej ostrożności przy przekraczaniu dróg asfaltowych i bezwzględne podporządkowanie się oznaczeniom ostrzegawczym Organizatora i poleceniom Policji oraz służby porządkowej Organizatora. Na trasie obowiązuje bezwzględny zakaz śmiecenia, niszczenia roślinności oraz innych działań niosących szkodę przyrodzie. Nieprzestrzeganie tych zasad będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodnika oraz braku możliwości uczestniczenia w biegach organizowanych przez Organizatora. W przypadku problemów zdrowotnych, decyzja zabezpieczenia medycznego o możliwości kontynuacji biegu przez Uczestnika jest ostateczna. Każdy uczestnik, widząc innego zawodnika, który potrzebuje pomocy, zobowiązany jest udzielić mu wsparcia w możliwym wymiarze oraz powiadomić telefonicznie Organizatora lub medyków o miejscu zdarzenia, rodzaju kontuzji oraz numerze zawodnika. Postanowienia końcowe: Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w Regulaminie Zawodów. Informacje o zmianach w Regulaminie będą zamieszczane na profilu FB. Ze względów bezpieczeństwa Organizator zastrzega sobie prawo do skrócenia trasy, zmiany godziny startu, przerwania lub odwołania Zawodów w przypadku wystąpienia bardzo trudnych warunków atmosferycznych lub klęsk żywiołowych bez możliwości zwrotu wpisowego. W razie dyskwalifikacji zawodnikom nie przysługuje zwrot wpisowego. Uczestnicy biegu zezwalają na publikację swojego wizerunku w materiałach dotyczących tego biegu, tj. w szczególności w relacjach zdjęciowych, filmowych oraz materiałach promocyjnych. Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych w zakresie niezbędnym do prawidłowego przeprowadzenia Zawodów. Dane osobowe uczestników Zawodów nie będą przekazywane osobom trzecim. Wszelkie sytuacje sporne rozstrzyga Organizator lub Sędzia Główny. Zapisanie się na bieg jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.

**Ze względu na wyjątkową sytuację związaną z wirusem COVID-19 prosimy o przestrzeganie zalecanych zasad bezpieczeństwa i odpowiedzialności społecznej.**