

REGULAMIN

RolkoWisłok - sobota 17.10.2020

I. Organizatorzy, współorganizatorzy i partnerzy:

- Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji we Fryszaku,
 - Krośnieńskie Stowarzyszenie Narciarstwa Biegowego – „KrosSki” Remsport ,
 - Dolina Wisłoka – turystyka i rekreacja z Fryszaka,
 - FMT „Morgan” z Fryszaka,
 - Centrum Sportu, Turystyki i Rekreacji w Strzyżowie,
 - Gminny Ośrodek Kultury w Wiśniowej,
 - Powiatowe Centrum Kultury i Turystyki w Wiśniowej,
 - Gminny Ośrodek Kultury we Fryszaku,
 - Powiat Strzyżowski
 - Gmina Fryszak
 - Gmina Wiśniowa
 - TIMEKEEPER – elektroniczny pomiar czasu
-

II. Patronat honorowy:

- Starosta Strzyżowski Pan Bogdan Żybura
 - Wójt gminy Fryszak Pan Jan Ziarnik
 - Wójt gminy Wiśniowa Pan Marcin Kut
-

III. Patronat medialny:

- Telewizja Polska TVP3 Rzeszów
 - Platforma internetowa: [www. skipol.pl](http://www.skipol.pl) - nr 1 w Polsce
 - Platforma internetowa: www.fryszak24.pl
 - radio Rzeszów ?
-

IV. Komitet organizacyjny:

Komandor biegu: Marek Armata: Dyrektor GOSiR Fryszak

Vi-ce Komandor Ewa Armata: medalistka Mistrzostw Polski PPA 2020 w narciarstwie klasycznym,

Vi-ce Komandor: Jacek Staroń: „KrosSki” Remsport Krosno – Mistrz Polski i zdobywca Pucharu Polski w narciarstwie biegowym.

Wiesław Chlipała: Dyrektor CSTiR w Strzyżowie

Kamil Mendocha: Dyrektor PCKiT w Wiśniowej

Krzysztof Szaro: CSTiR w Strzyżowie

V. Cele:

- propagowanie nartorolek jako nowej dyscypliny sportu i rekreacji na terenie powiatu strzyżowskiego.
 - promocja turystyki na terenie gminy Frysztak i gminy Wiśniowa,
 - sportowa rywalizacja zgodnie z ideą Fair Play.
 - integracja środowiska miłośników aktywnego wypoczynku, nartorolek i nart biegowych,
 - promowanie zdrowego stylu życia.
-

VI. Opłata startowa:

Osoby dorosłe 20 zł

Młodzież: 16 – 18 lat – 10 zł

Dzieci do lat 15 nieodpłatnie

Wpisowe należy opłacić na konto. Dolina Wisłoka – turystyka i rekreacja

Nr konta: 90 1090 2590 0000 0001 3644 7210

W przelewie należy dopisać RolkoWisłok 2020

VII. Termin, miejsce, dystans i technika:

Zawody odbędą się w sobotę 17.10.2020 roku w województwie podkarpackim, na terenie powiatu strzyżowskiego w gminach Frysztak i Wiśniowa. Start i meta zawodów zlokalizowane będą przy Gminnym Ośrodku Sportu i Rekreacji we Frysztaku, ul. Sportowa 30, 38-130 Frysztak.

Planowany dystans biegu głównego CT i FT wynosi 20 km prowadząc cały czas drogą asfaltową.

Technika:

1. Zawody zostaną rozegrane do wyboru stylem klasycznym i stylem łyżwowym start z 5 min opóźnieniem.
 2. Bieg integracyjny dla dzieci na dystansie 600 m – każde dziecko, które pokona dystans otrzyma pamiątkowy medal.
-

VIII. Nagrody i pakiet startowy:

- pamiątkowy medal dla każdego uczestnika,
- numer startowy, agraftki, chip dla każdego,
- puchary za 3 miejsca w kategorii OPEN wśród kobiet i mężczyzn w podziale na technikę klasyczną i dowolną,
- dyplomy do 6 miejsca w kategoriach wiekowych,
- posiłek regeneracyjny,
- woda mineralna,
- materiały promocyjne,
- losowanie upominków wśród wszystkich, którzy ukończą bieg,

Ważne: w przypadku pozyskania dodatkowych sponsorów decyzją Organizatora pakiety mogą zostać wzbogacone lub mogą zostać przydzielone nagrody w kategoriach OPEN i wiekowych.

IX. Trasa:

Dystans 20 km

Frysztak – Kobyle – Jazowa – Wiśniowa – Markuszowa – Wiśniowa – Jazowa – Kobyle – Frysztak.

Odcinek 10 km zakończony nawrotką wokół pachołka .

Nawierzchnia asfaltowa o standardowej szerokości drogi publicznej powiatowej i gminnej (powiat strzyżowski, gmina Frysztak, gmina wiśniowa).

Trasa płaska, z delikatnymi wzniesieniami wynikającym z ukształtowania terenu.

Trasa zostanie całkowicie zamknięta dla ruchu zmotoryzowanego na czas trwania zawodów.

Trasa będzie zabezpieczona przez służby porządkowe.

X. Program:

Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji we Frysztaku, ul. Sportowa 30, 38-130 Frysztak

Piątek października 2020 r.

- *Uwaga w piątek od godz. 10-stej do 21:00 odbiór pakietów startowych,*
- możliwość zapoznania się z trasą zawodów (trasa będzie oznaczona ale ruch do czasu zawodów nie będzie wstrzymany - należy poruszać się zgodnie z przepisami ruchu drogowego).

Sobota 17.10.2020 r.:

Droga będzie zamknięta tylko dla biegaczy od godz. 12:30 do czasu zakończenia zawodów

- godz. 9:00 do 12:00 odbiór pakietów startowych cd.
- godz. 13:00 start masowy FT na dystansie 20 km
- godz. 13:05 start masowy CT na dystansie 20 km
- godz. 13:15 start biegu integracyjnego dla dzieci na dystansie 600 m

Ważne: Organizator zastrzega sobie możliwość podzielenia startu na dwie grupy,

- od godz. 15:00 posiłek regeneracyjny,
 - godz. 16:00 dekoracja i podsumowanie zawodów,
-

XI. Zgłoszenia:

- zgłoszenia do udziału w zawodach należy dokonać na stronie: www.gosir.frysztak.pl lub pod nr. Tel. 17 2777 111, lub Marek Armata: 503-300- 552. Podczas zgłoszenia należy podać datę urodzenia, styl, w którym chce się wziąć udział i tel. Kontaktowy.
- warunkiem uczestnictwa w zawodach jest potwierdzenie uiszczenia opłaty startowej na podany numer konta Organizatora.
- zgłoszenie można wysyłać do zamknięcia zapisów, tj. do dnia 12.10.2020 r. lub osiągnięcia przez Organizatora limitu zgłoszeń, który wynosi 150 osób.

XII. Uczestnictwo (prawo startu):

- w zawodach prawo startu mają wszyscy uczestnicy z wyjątkiem zawodników PZN i PZBiath, których licencja była aktywna w sezonie 2018/19 i później.
- do udziału w zawodach zostaną dopuszczeni uczestnicy, którzy dokonali opłaty startowej oraz podpisali własnoręcznie (w wypadku osób niepełnoletnich przez opiekuna prawnego) pisemne oświadczenie o zdolności do udziału w zawodach oraz spełnią wszystkie wymagania Regulaminu.
- zawody mają charakter otwarty i mogą w nich brać udział osoby zrzeszone w krajowych związkach sportowych, posiadających oraz nieposiadających licencje FIS.
- dzieci i młodzież do lat 18 muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na udział w zawodach.

XIII. Obowiązki uczestników:

- dokonanie zgłoszenia do udziału w zawodach jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu i zobowiązuje do jego przestrzegania.
- Uczestnicy zawodów zobowiązani są: od startu do mety biec wzdłuż wyznaczonej trasy i przejść przez wszystkie punkty kontrolne,
 - poruszać się wyłącznie przy użyciu nartorolek i kijów narciarskich, stylem odpowiednim do konkurencji, w jakiej startują ,
- posiadać kask oraz okulary ochronne, – przez cały czas obecności na trasie zawodów posiadać widoczny, niczym niezastłonięty numer startowy,
 - nie utrudniać biegu i nie przeszkadzać innym zawodnikom,
 - dokonać wszelkich starań, aby pozwolić się wyprzedzić szybszym zawodnikom bez konieczności zwalniania przez nich tempa biegu,
 - przestrzegać zasad fair play.

XIV. Biuro zawodów:

Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji we Fryszaku, ul. Sportowa 30, 38-130, Fryszak

Tel. 17 2777 111, e-mail. marek.armata@gosir.fryszak.pl

Piątek, sobota: 16,17 października 2020 r.

Piątek 16.10.2020 r.: - od godz. 10:00 do 21:00, odbiór pakietów startowych

Sobota: 17.10.2020 r. : - od godz. 9:00 do 12:00 odbiór pakietów startowych cd.

Biuro będzie czynne do oficjalnego zakończenia imprezy.

XV. Pomiar czasu:

- Podczas zawodów obowiązuje elektroniczny system identyfikacji i pomiaru czasu przejazdu zawodników.
 - Każdy z uczestników zobowiązany jest do posiadania opaski z chipem startowym, który udostępnia Organizator w pakiecie startowym.
 - Opaska z chipem jest zwrotna, należy ją oddać w wyznaczonym przez Organizatora miejscu po przekroczeniu linii mety.
-

KATEGORIE I KLASYFIKACJE:

K1/M1 18-29 (rocznik 1989-2002) CT, FT

K2/M2- 30-39lat (1990-1981) CT, FT

K3/M3- 40-49 (1980-1971) CT, FT

K4/M4- 50-59 (1970-1961) CT, FT

K5/M5- 60-69 (1960-1951) CT, FT

K6/M6- 70-79 (1950-1941) CT, FT

K7/M7- 80+ (1940 i starsi) CT, FT

W zawodach będzie prowadzona klasyfikacja OPEN oraz klasyfikacje w kategoriach wiekowych z podziałem na kobiety i mężczyzn z podziałem na style CT i FT.

- Zwycięzcy w kategoriach OPEN otrzymają puchary,
 - Uczestnicy w kategoriach wiekowych miejsca I-VI otrzymają dyplomy,
 - pamiątkowe medale dla wszystkich niezależnie od zajętego miejsca i techniki biegu,
 - losowanie upominków wśród wszystkich, którzy ukończą bieg.
 - Wyniki nieoficjalne obowiązują do momentu dekoracji zwycięzców poszczególnych kategorii. W tym czasie przyjmowane są wszelkiego rodzaju protesty i uwagi. Po tym czasie wyniki uczestników dekorowanych zostają uznane za oficjalne.
-

XVI. sposób przeprowadzania zawodów i wymogi techniczne:

Styl klasyczny : do udziału w zawodach zostaną dopuszczeni uczestnicy poruszający się na nartorolkach w rozumieniu przepisów FIS, wyposażonych w biegowe wiązania narciarskie, czarne, gumowe koła o średnicy do 80 mm i szerokości od 38 do 45mm, dowolnej prędkości, w których przynajmniej na jednym kole każdej nartorolki zamontowane jest łożysko jednokierunkowe.

Styl dowolny: do udziału w zawodach zostaną dopuszczeni uczestnicy poruszający się na nartorolkach w rozumieniu przepisów FIS, wyposażonych w biegowe wiązania narciarskie, czarne, gumowe koła o dowolnej szybkości i średnicy nie przekraczającej 100 mm.

XVII. Nagrody:

- pamiątkowy medal dla każdego,
- puchary za 3 miejsca i dyplomy do 6 miejsca w kategorii OPEN wśród kobiet i mężczyzn,
- dyplomy do 6 miejsca w kategoriach wiekowych,
- losowanie upominków wśród wszystkich, którzy ukończą bieg,

Ważne: w przypadku pozyskania dodatkowych sponsorów decyzją Organizatora nagrody mogą zostać wzbogacone.

XIII. Odpowiedzialność uczestników:

1. Uczestnik oświadcza, że jest świadomy, iż udział w zawodach wiąże się z dużym wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą ryzyko zagrożenie wypadkami, istnieje możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym.
 2. Dokonując zgłoszenia do zawodów, uczestnik ocenił zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w zawodach i dobrowolnie zdecydował się je podjąć.
 3. Uczestnik bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 r. (Dz. U. Nr 101 poz.1095) i zrzeka się prawa do dochodzenia wszelakich roszczeń od Organizatora.
 4. Uczestnik ponosi całkowitą odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie szkody, jakie wystąpią w związku z jego udziałem w zawodach.
 5. Uczestnik oświadcza, że nie będzie działał na szkodę Organizatora.
 6. Uczestnik deklaruje, że zwróci Organizatorowi wszystkie koszty (w tym koszty honorariów adwokackich i eksperckich) poniesione lub wypłacone przez Organizatora na rzecz jakiegokolwiek osoby (w tym uczestnika lub każdego z jego ubezpieczycieli) w związku z jakimkolwiek wypadkiem, stratą, szkodą lub odniesieniem obrażeń (w tym śmiercią), wynikłym z obecności lub udziału uczestnika w zawodach, z wyjątkiem wypadków spowodowanych zaniedbaniem ze strony Organizatora.
 7. Odpowiedzialność Organizatora wobec uczestnika jest ograniczona wyłącznie do kwoty równej wysokości opłaty startowej.
-

XIX. Polityka prywatności:

1. Uczestnik zawodów, dokonując zgłoszenia do zawodów, wyraża zgodę na przetwarzanie przez Organizatora danych osobowych w celach przeprowadzenia zawodów oraz marketingowych, zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych z 29 sierpnia 1997 roku (Dz. U. z 2016 r. poz. 922 z późn. zm.).
2. Uczestnik wyraża zgodę na wysyłanie przez Organizatora na adres poczty elektronicznej treści informacyjnych związanych z organizacją zawodów, jak też innych imprez o charakterze sportowym organizowanym przez Organizatora, także o charakterze informacji handlowej.
3. Administratorem danych osobowych jest Organizator.

4. Dane osobowe uczestników przetwarzane są w celach organizacji zawodów, w tym ogłoszenia listy startowej, wyników i w celach marketingowych. Uczestnikowi przysługuje prawo wglądu w jego dane osobowe oraz prawo do ich poprawiania i żądania usunięcia.
5. Podanie przez uczestnika danych osobowych jest dobrowolne. Podanie danych osobowych jest warunkiem niezbędnym do wzięcia udziału w zawodach.
6. Odmowa podania danych osobowych skutkuje brakiem możliwości wzięcia udziału w zawodach.
7. Uczestnik wyraża zgodę na bezpłatne wykorzystanie przez Organizatora w celach marketingowych i promocji zarówno niniejszych zawodów, jak i innych imprez sportowych organizowanych przez Organizatora, wizerunku uczestnika utrwalonego na zdjęciach, nagraniach filmowych oraz w wywiadach, a także wyników z jego danymi osobowymi, jak również przekazanie tych materiałów do mediów, w tym portali internetowych, prasy, radia i telewizji.

XX. Postanowienia końcowe:

1. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć widoczne numery startowe - osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy biegu.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne kolizje i wypadki na trasie.
4. W przypadku rezygnacji z udziału w imprezie Organizator nie wypłaca zwrotu wpisowego.
5. Organizator zapewnia:
 - zabezpieczoną i przygotowaną trasę biegu,
 - zabezpieczenie medyczne,
 - pakiet startowy,
 - prawo do korzystania z wody w wyznaczonych punktach na trasie,
 - ciepły poczęstunek po zakończeniu biegu,
 - pamiątkowy medal dla każdego uczestnika, który ukończy bieg.
6. Każdy uczestnik bierze udział w zawodach na własną odpowiedzialność.
7. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce; decyzje personelu medycznego dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
8. Organizator nie zapewnia noclegów, szatni, depozytu oraz pryszniców.
9. Ostateczne i oficjalne wyniki zostaną opublikowane na stronie internetowej Organizatora najpóźniej do 3 dni od dnia ukończenia zawodów.
10. Zawody RollkoWiśłok jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych.
11. Organizator nie zapewnia ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków. Ubezpieczenie indywidualne od następstw nieszczęśliwych wypadków (NW), kontuzji lub innego

nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu, wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.

12. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi zawodów.

13. Organizator ma prawo odwołać zawody z przyczyn pogodowych w przypadku gdy udział niósłby za sobą niebezpieczeństwo zawodników.

14. Organizator zastrzega sobie prawo wprowadzania zmian do niniejszego Regulaminu związanych z procesem organizacyjnym zawodów