

REGULAMIN
WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA 2023
16-17.12.2023
/wersja 07.12.2023/



I CEL:

- promocja walorów przyrodniczych Małopolski w Polsce i na świecie;
- promocja długodystansowych biegów górskich i integracja biegaczy;
- popularyzacja zdrowego trybu życia, kultury fizycznej i sportu;
- wzrost świadomości ekologicznej i ochrona przyrody.



II ORGANIZATORZY I KIEROWNICTWO ZAWODÓW

Organizator:

Fundacja Hala

NIP: 6783182427, REGON: 384808581

KRS 0000812308

tel. 600 053 939 e-mail: fundacja@ultratrailmalopolska.pl

Kierownikiem zawodów jest **Paweł Derlatka**.

Współorganizator:

Fundacja 4 Alternatywy

NIP: 6783156051, REGON: 362343691

KRS: 0000572408



III BIURO ZAWODÓW, TERMIN, MIEJSCE, TRASY BIEGÓW:

Mini biuro zawodów:

- Lokalizacja: **Pensjonat Szczebel, ul. Krakowska 21, 34-650 Mszana Dolna, [MAPA](#)**;
- Otwarte: **na godzinę przed startem danego dystansu**.
- **Organizacja biura zawodów:** 1. Kontrola wyposażenia obowiązkowego 2. Wydanie numeru startowego na podstawie wypełnionej karty zawodnika, która jest załącznikiem do niniejszego Regulaminu. 3. Wydanie trackera (dot. WTM 140 i WTM 105). 4. Wejście do strefy startu.
- **Na naszych zawodach nie ma pakietów startowych, na mecie otrzymasz pakiet finiszera.**
- **Nie jest możliwe odebranie numeru startowego innego zawodnika.**
- **Nie jest możliwe opuszczenie strefy startu po odebraniu numeru startowego.**
- **Nie jest możliwe wcześniejsze odebranie numeru startowego.**
- **Nie prowadzimy zapisów w biurze zawodów.**

TRASY:

1. WTM 140

- dystans: **około 145 km**;
 - przewyższania: **około 8150 m +/-8150 m -**;
 - **6 punktów ITRA, 6 punktów UTMB**
 - limit uczestników: **50 osób**;
 - limit czasu: **35 godzin**, limity pośrednie zostaną podane w późniejszym terminie;
 - start, meta, minibiuro zawodów: **Pensjonat Szczebel, ul. Krakowska 21, 34-650 Mszana Dolna, [MAPA](#)**;
 - start: **16.12.2023 (sobota), godzina 1.00**.
- **Przewidziano 7 wegetariańskich punktów odżywczych/nawadniania:**

1. Kasina Wielka, ok. 20 km;
2. Kasina Wielka, ok. 55 km;
3. Pod Szczeblem, ok. 77 km;
4. Rabka Zaryte, **PRZEPAK**; **LIMIT CZASU: 20 h** – liczony od startu do czasu opuszczenia punktu kontrolnego, ok. 89 km;
5. Obidowa, ok. 104 km;
6. Obidowa, ok. 120 km;
7. Rabka Zaryte, **PRZEPAK**, ok. 133 km.

2. WTM 105

- dystans: **około 107 km**;
- przewyższania: **około 5720 m +/- 5720 m -**;
- **5 punktów ITRA, 5 punktów UTMB**
- limit uczestników: **50 osób**;
- limit czasu: **30 godzin**, limity pośrednie zostaną podane w późniejszym terminie;
- start, meta, minibiuro zawodów: **Pensjonat Szczebel, ul. Krakowska 21, 34-650 Mszana Dolna, [MAPA](#)**;
- start: **16.12.2023 (sobota), godzina 8.00**.

Przewidziano 6 wegetariańskich punktów odżywczych/nawadniania:

1. Kasina Wielka, ok. 20 km.
2. Pod Szczeblem, ok. 43 km.
3. Rabka Zaryte, **PRZEPAK**, **limit czasu 14 h.**, ok. 56 km.
4. Obidowa, ok. 67 km.
5. Obidowa, ok. ok. 82 km.
6. Rabka Zaryte, **PRZEPAK**, ok. 95 km.

3. WTM 64

- dystans: **około 65 km**;
- przewyższania: **około 4030 m +/- 4030 m -**;
- **3 punkty ITRA, 3 punkty UTMB**;
- limit uczestników: **100 osób**;
- limit czasu: **19 godzin**
- start, meta, minibiuro zawodów: **Pensjonat Szczebel, ul. Krakowska 21, 34-650 Mszana Dolna, [MAPA](#)**;
- start: **16.12.2023 (sobota), godzina 8.00**

Przewidziano 3 wegetariańskie punkty kontrolne i odżywcze/nawadniania:

1. Kasina Wielka, ok. 20 km.
2. Pod Szczeblem, ok. 43 km.
3. Rabka Zaryte, ok. 56 km.

4. WTM 45

- dystans: **około 49 km**;
- przewyższania: **około 2750 m +/- 2750 m-**;
- **3 punkty ITRA, 3 punkty UTMB**;
- limit uczestników: **100 osób**;

- limit czasu: **12 godzin**;
- start, meta, minibiuro zawodów: **Pensjonat Szczebel, ul. Krakowska 21, 34-650 Mszana Dolna, [MAPA](#)**;
- **start: 16.12.2023 (sobota), godzina 8.00.**

Przewidziano 2 wegetariańskie punkty odżywcze/nawadniania:

1. Kasina Wielka, ok. 20 km;
2. Pod Szczebłem, ok. 43 km.

IV ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia będą przyjmowane do **10.12.2023 r.** lub zakończenia zapisów – wyczerpania limitu startujących (decyduje data wpływu opłaty startowej).
2. Za zgłoszenie uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie internetowej <https://www.e-gepard.eu/> oraz dokonanie płatności w tym serwisie lub wpłacenie opłaty startowej na konto Organizatora. **Termin płatności to 3 dni od dnia przesłania formularza zgłoszeniowego, nie później jednak niż 10.12.2023 r.** Po 3 dniach Organizator ma prawo do usunięcia z listy startowej zgłoszenia nieopłaconego.

Dane do przelewu:

Fundacja Hala

Bank: **BNP Paribas S.A.**

Nr konta: **81 1600 1462 1882 4987 2000 0004**

IBAN: **PL81160014621882498720000004**

SWIFT/BIC: **PPABPLPK**

Tytuł wpłaty: *nazwa wybranego biegu*, imię i nazwisko, data urodzenia np. **WTM 45, Jan Kowalski, 1.01.1980.**

3. Kwota opłaty startowej jest uzależniona od terminu zgłoszenia i wpłaty wpisowego:

	- 30.06.2023	01.07.2023 - 30.09.2023	01.10.2023 - 10.12.2023
WTM 140	295 zł	355 zł	400 zł
WTM 105	220 zł	295 zł	350 zł
WTM 64	200 zł	240 zł	295 zł
WTM 45	175 zł	210 zł	270 zł

- Minimum 5 zł z każdej opłaty startowej zostanie przekazane przez Organizatora na cel charytatywny - akcję „Człowiek zwierzakowi bratem”.
- Honorowym Dawcom Krwi przysługuje zniżka w wysokości 10 % opłaty startowej. Rabat przyznawany jest na podstawie legitymacji Honorowego Dawcy Krwi, pod warunkiem, że od ostatniego pobrania minął nie więcej niż rok – zgodnie z zasadami naszego Partnera – akcji „Dawcom w Darze”. Legitymację należy okazać w biurze zawodów przy odbiorze numeru startowego. Aby skorzystać ze zniżki należy przed dokonaniem opłaty skontaktować się z nami za pośrednictwem poczty elektronicznej: fundacja@ultra-trailmalopolska.pl.

- Osobom z niepełnosprawnościami, posiadającym aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności przysługuje zniżka w wysokości 25 % opłaty startowej. Orzeczenie należy okazać w biurze zawodów przy odbiorze numeru startowego. Aby skorzystać ze zniżki należy przed dokonaniem opłaty skontaktować się z nami za pośrednictwem poczty elektronicznej: fundacja@ultratrailmalopolska.pl.
- 4. W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w biegu, do dnia 30.09.2023, możliwy jest zwrot 80 % wniesionej opłaty startowej na konto uczestnika na jego wniosek przesłany pocztą elektroniczną (wraz z potwierdzeniem dokonania wpłaty oraz podaniem numeru rachunku bankowego do zwrotu) na adres poczty elektronicznej: fundacja@ultratrailmalopolska.pl.
- 5. W ramach opłaty startowej, Organizator zapewnia zawodnikom m.in. udział w biegu, pomiar czasu, pamiątkowy numer startowy, zabezpieczenie medyczne, wyraźne oznakowanie trasy, depozyt, punkty odżywcze/nawodnienia na trasie, posiłek regeneracyjny po biegu i pamiątkowy medal (dla zawodników, którzy ukończyli bieg), upominki na mecie (tzw. finisher).
- 6. Organizator nie zwraca opłaty startowej osobom, które nie ukończyły zawodów, zostały zdyskwalifikowane albo nie wzięły udziału w zawodach.
- 7. Organizator nie przewiduje możliwości przepisywania opłat startowych pomiędzy zawodnikami.
- 8. Organizator nie przewiduje możliwości przepisywania opłat startowych na inne zawody.
- 9. Organizator ma prawo nie przyjąć zgłoszenia do udziału w zawodach.

V PRZEPAKI, WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE I DODATKOWE

1. W czasie trwania zawodów, **każdy z zawodników musi posiadać przy sobie wyposażenie obowiązkowe. Wyposażenie wszystkich uczestników może być kontrolowane w biurze zawodów, przed wejściem do strefy startu, w punktach kontrolnych, na trasach i na mecie.** Wyposażenie obowiązkowe stanowi niezbędne minimum a każdy uczestnik musi uzupełnić je zgodnie z własnymi potrzebami.
2. Przepaki (Wasze rzeczy, które przewieziemy na trasy biegów) należy pozostawić w biurze zawodów. Organizator zapewnia worki foliowe na przepaki. Maksymalna waga jednego przepaku to 5 kg. Przepak nie może zawierać przedmiotów kosztownych, pojemników szklanych ani puszek z napojami.

3. Wyposażenie obowiązkowe – WTM 140, WTM 105 i WTM 64

- 1) dowód osobisty,
- 2) folia NRC, co najmniej 140 x 200 cm;
- 3) latarka czołówka;
- 4) kubek osobisty;
- 5) rękawiczki;
- 6) minimum litrowy bukłak lub bidony;
- 7) bandaż elastyczny, opatrunek jałowy;
- 8) naładowany telefon;
- 9) kurtka;
- 10) numer startowy;
- 11) plecak biegowy lub kamizelka;
- 12) czapka;
- 13) **track (plik gpx) wgrany w dowolne urządzenie pozwalające śledzić trasę.**

4. Wyposażenie obowiązkowe – WTM 45:

- 1) dowód osobisty,
- 2) folia NRC, co najmniej 140 x 200 cm;
- 3) latarka czołówka;
- 4) kubek osobisty;
- 5) rękawiczki;
- 6) minimum litrowy bukłak lub bidony;
- 7) bandaż elastyczny, opatrunek jałowy;

- 8) naładowany telefon;
- 9) kurtka;
- 10) numer startowy;
- 11) plecak biegowy lub kamizelka;
- 12) czapka;

5. Wyposażenie zalecane – wszystkie dystanse

- 1) kije trekkingowe (teleskopowe lub jednoczęściowe);
 - 2) pieniądze (w celu pokrycia niespodziewanych wydatków);
 - 3) GPS;
 - 4) zapas jedzenia;
 - 5) nakładki antypoślizgowe na buty, raki.
6. Od uczestników wymaga się samodzielnej oceny sytuacji panującej w górach i odpowiedniego reagowania w razie pogorszenia pogody. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne, jednakże w sytuacji zaistnienia klęsk żywiołowych lub innych ekstremalnych sytuacji zagrażających bezpieczeństwu zawodników Organizator zastrzega sobie prawo do skrócenia trasy, zmiany godziny startu, przerwania lub odwołania biegów. W takiej sytuacji Organizator zastrzega brak zwrotu opłaty startowej.

VI WARUNKI UCZESTNICTWA

1. Każdy uczestnik biegu musi być całkowicie świadomy długości i specyfiki biegu, w tym musi mieć świadomość, że jego bezpieczeństwo zależy od zdolności do przewidywania lub przewycięzania problemów związanych z warunkami atmosferycznymi w górach, odizolowaniem, dużym zmęczeniem, bólem mięśni i stawów. Uczestnik biegu pozostaje sam i musi być samowystarczalny pomiędzy dwoma punktami kontrolnymi i odżywczymi/nawadniania - powinien posiadać odpowiednie przygotowanie do biegu.
2. Pomoc osób trzecich dozwolona jest wyłącznie w punktach kontrolnych i odżywczych/nawadniania na następujących warunkach:
 - a. Nie powoduje utrudnienia z korzystania z punktu kontrolnego i odżywczego/nawadniania innym zawodnikom.
 - b. Dokonywana jest w odległości nie większej niż 50 metrów od punktu kontrolnego i odżywczego/nawadniania.
 - c. Z wyposażenia punktu odżywczego korzysta wyłącznie zawodnik, nie korzystają osoby trzecie (pomagające) – dotyczy to również przygotowania/podawania posiłków i napojów.
 - d. Odpady wytworzone przez osoby trzecie (pomagające) są przez nie zabierane.
 - e. Za złamanie zasad wynikających z niniejszego Regulaminu przez osoby trzecie (pomagające) odpowiada zawodnik.
3. **W biegach może wziąć udział osoba, która spełni poniższe warunki:**
 - jest pełnoletnia (ukończy 18 lat najpóźniej w dniu startu);
 - zgłosi swój udział w wybranym biegu za pomocą formularza zgłoszeniowego oraz wniesie opłatę startową w terminie wskazanym w punkcie IV Regulaminu;
 - oświadczy, że jest zdolna do udziału w biegu i nie występują u niej przeciwwskazania zdrowotne a także przyjmuje do wiadomości, że udział wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci) a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegach;
 - oświadczy, że startuje w biegu na własną odpowiedzialność;
 - oświadczy, że znany jest jej Regulamin zawodów;
 - odbierze w biurze zawodów numer startowy;
 - stawi się na start w wyznaczonym w punkcie II Regulaminu terminie.
4. W trakcie całych zawodów należy poruszać się wyłącznie po trasie wskazanej przez Organizatora. Numer startowy musi być noszony przez uczestnika biegu na klatce piersiowej albo brzuchu i musi być stale widoczny podczas biegu.
5. **Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii uczestników biegu.** Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej. Organizator nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w zawodach.

6. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu działającymi w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.

VII ZEJŚCIE Z TRASY

1. Za wyjątkiem kontuzji, uczestnik biegu powinien (w razie konieczności) zrezygnować z udziału w biegu w punkcie kontrolnym i odżywczym/nawadniania (lub dotrzeć do drogi asfaltowej) i niezwłocznie poinformować o tym telefonicznie Organizatora pod numerem telefonu wskazanym na numerze startowym .
2. Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy, mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej.
3. Organizator w miarę możliwości logistycznych i warunków pogodowych będzie zapewniał transport (samochodowy) w okolice strefy startu zawodnikom rezygnującym z udziału w punktach kontrolnych.
4. Organizator nie gwarantuje transportu zawodnikom rezygnującym z udziału poza wskazanymi punktami: Przełęcz Jaworzyce, Obidowa oraz Rabka-Zdrój (przy DK28).

VIII KARY

1. Za złamanie któregoś z punktów Regulaminu Organizator może nałożyć na zawodnika następujące kary: ostrzeżenie, kara niedopuszczenia do biegu, kara doliczenia 10 minut do czasu końcowego netto, kara doliczenia 30 minut do czasu końcowego netto, kara dyskwalifikacji. Nałożone kary doliczenia minut do czasu końcowego netto sumują się.
2. W przypadku braku wyposażenia obowiązkowego:
 - a. Na starcie: Organizator może nałożyć karę niedopuszczenia do biegu.
 - b. W dowolnym punkcie trasy lub na mecie: Organizator może nałożyć karę doliczenia 10 lub 30 minut do czasu końcowego netto za każdy z brakujących elementów wyposażenia obowiązkowego lub karę dyskwalifikacji za brak czterech lub więcej elementów wyposażenia obowiązkowego.
3. W przypadku naruszenia zasad określonych w załączniku nr 1 do niniejszego Regulaminu ZASADY Eco & Fair Play Organizator może nałożyć na zawodnika kary: ostrzeżenie, karę niedopuszczenia do biegu, karę dyskwalifikacji tj.:
 - a. W przypadku naruszenia godności osobistej innej osoby (zawodnika, wolontariusza, reprezentanta Organizatora, widza) przez zawodnika lub osoby udzielające dozwolonego wsparcia zawodnikowi Organizator ma prawo nałożyć karę ostrzeżenia przy pierwszym zdarzeniu, dyskwalifikacji zawodnika przy drugim lub kolejnym zdarzeniu.
 - b. Kara niedopuszczenia do biegu może zostać nałożona w przypadku naruszenia godności osobistej innej osoby (zawodnika, wolontariusza, reprezentanta Organizatora, widza) przez zawodnika lub osoby udzielające dozwolonego wsparcia zawodnikowi przed rozpoczęciem zawodów (w tym w biurze zawodów, w strefie kontroli wyposażenia obowiązkowego, w strefie startu).
4. Informacja o nałożonych karach doliczenia minut do czasu końcowego oraz dyskwalifikacji może podlegać publikacji na stronie internetowej Organizatora ultratrailmalopolska.pl i na oficjalnej stronie [fb.com/UltraTrailMalopolska](https://www.facebook.com/UltraTrailMalopolska)

IX KLASYFIKACJA I WYNIKI

1. Uczestnik zawodów musi odwiedzić każdy punkt kontrolny i podać swój numer (a także inne udostępnione do przetwarzania dane) do kontroli. Dodatkowo, Organizator przewiduje lotne punkty kontrolne, na których zawodnik będzie również zobowiązany do podania swojego numeru startowego. Zawodnik będzie sklasyfikowany tylko pod warunkiem zaliczenia wszystkich punktów kontrolnych.
2. Klasyfikacja będzie prowadzona osobno dla kobiet i mężczyzn według czasu netto.
3. Informacja na temat klasyfikacji i dekoracji zwycięzców zostanie podana na stronie internetowej ultratrailmalopolska.pl lub na oficjalnej stronie [fb.com/UltraTrailMalopolska](https://www.facebook.com/UltraTrailMalopolska) nie później niż 7 dni od zakończenia zawodów

X PRZETWARZANIE DANYCH OSOBOWYCH

1. Administratorem danych osobowych jest Fundacja Hala z siedzibą w Krakowie;
2. We wszelkich sprawach związanych z przetwarzaniem danych osobowych i w celu realizacji swoich praw osoba, której dane dotyczą może skontaktować się z Administratorem pod adresem e-mail: fundacja@ultratrailmalopolska.pl;

3. Dane osobowe przetwarzane będą w celu organizacji i promocji wydarzeń organizowanych przez Administratora, na podstawie zgody oraz prawnie usprawiedliwionego interesu jakim jest promocja wydarzeń organizowanych przez Administratora.
4. Przetwarzanie danych, o którym mowa obejmuje również publikację: imienia, nazwiska, miejscowości, klubu oraz obywatelstwa a także daty urodzenia i płci na stronie internetowej: ultratrailmalopolska.pl, oficjalnym profilu zawodów w serwisie Facebook: [fb.com/UltraTrailMalopolska](https://www.facebook.com/UltraTrailMalopolska) oraz za pośrednictwem witryn: itra.run, d-u-v.org, egepard.eu.
5. Dane osobowe będą przechowywane bezterminowo;
6. Osoba, której dane dotyczą ma prawo żądania dostępu do swoich danych oraz prawo żądania ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia ich przetwarzania. Może także skorzystać z prawa do wniesienia wobec sprzeciwu wobec przetwarzania danych oraz z prawa do przenoszenia danych;
7. Osoba, której dane dotyczą może skorzystać z prawa do cofnięcia zgody. Cofnięcie zgody nie wpłynie na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem;
8. W związku z przetwarzaniem danych osobowych Osobie, której dane dotyczą przysługuje prawo wniesienia skargi do organu nadzorującego przestrzeganie przepisów ochrony danych osobowych – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych;
9. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, lecz niezbędne do udziału w wydarzeniu.
10. Osoba, której dane dotyczą wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystywanie przez Organizatora wizerunku, utrwalonego w dowolnej formie, w celach związanych z organizacją i promocją imprez Organizatora. Niniejsza zgoda dotyczy w szczególności wykorzystania wizerunku poprzez zamieszczenie wykonanych fotografii i filmów w relacji i materiałach promocyjnych Administratora. Zgoda obejmuje także wykorzystanie wykonanych zdjęć w tym do upublicznienia, powielania, zwielokrotniania, emisji, publikacji, nadawania lub transmisji pod warunkiem, że nie zostanie naruszone dobre imię osoby wyrażającej zgodę na publikację wizerunku. Zgoda na wykorzystanie wizerunku nie jest ograniczona czasowo ani terytorialnie.

XI POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator zastrzega sobie prawo do interpretacji Regulaminu oraz do jego zmian, o których jest zobowiązany poinformować uczestników biegów. Komunikaty takie będą pojawiać się na stronie internetowej ultratrailmalopolska.pl lub oficjalnej stronie [fb.com/UltraTrailMalopolska](https://www.facebook.com/UltraTrailMalopolska) uczestnicy biegów są zobowiązani do zapoznania się z nimi.
2. W czasie trwania biegów, uczestnicy powinni stosować się do poleceń wydawanych przez osoby odpowiedzialne za bezpieczeństwo, służby porządkowe oraz inne osoby wyznaczone przez Organizatora.
3. Na drogach publicznych uczestników biegów obowiązuje przestrzeganie zasad ruchu drogowego. W szczególności art. 11 -14 ustawy prawo o ruchu drogowym:

„Ruch pieszych oraz osób poruszających się przy użyciu urządzenia wspomagającego ruch

Art. 11. 1. *Pieszny jest obowiązany korzystać z chodnika lub drogi dla pieszych, a w razie ich braku – z pobocza. Jeżeli nie ma pobocza lub czasowo nie można z niego korzystać, pieszy może korzystać z jezdni, pod warunkiem zajmowania miejsca jak najbliżej jej krawędzi i ustępowania miejsca nadjeżdżającemu pojazdowi.*

2. *Pieszny idący po poboczu lub jezdni jest obowiązany iść lewą stroną drogi.*

3. *Piesi idący jezdnią są obowiązani iść jeden za drugim. Na drodze o małym ruchu, w warunkach dobrej widoczności, dwóch pieszych może iść obok siebie.*

4. *Korzystanie przez pieszego z drogi dla rowerów jest dozwolone tylko w razie braku chodnika lub pobocza albo niemożności korzystania z nich. Pieszny, z wyjątkiem osoby niepełnosprawnej, korzystając z tej drogi, jest obowiązany ustąpić miejsca osobie poruszającej się przy użyciu urządzenia wspomagającego ruch, kierującemu rowerem, hulajnogą elektryczną lub urządzeniem transportu osobistego.*

4a. *Pieszny poruszający się po drodze po zmierzchu poza obszarem zabudowanym jest obowiązany używać elementów odblaskowych w sposób widoczny dla innych uczestników ruchu, chyba że porusza się po drodze przeznaczonej wyłącznie dla pieszych lub po chodniku.*

5. *Przepisów ust. 1–4a nie stosuje się w strefie zamieszkania. W strefie tej pieszy korzysta z całej szerokości drogi i ma pierwszeństwo przed pojazdem oraz osobą poruszającą się przy użyciu urządzenia wspomagającego ruch.*

Art. 12. 1. *Kolumna pieszych, z wyjątkiem pieszych w wieku do 10 lat, może się poruszać tylko prawą stroną jezdni.*

2. *Do kolumny pieszych w wieku do 10 lat stosuje się odpowiednio przepisy art. 11 ust. 1 i 2.*

3. *Liczba pieszych idących jezdnią w kolumnie obok siebie nie może przekraczać 4, a w kolumnie wojskowej – 6, pod warunkiem że kolumna nie zajmuje więcej niż połowy szerokości jezdni.*

4. Piesi w wieku do 10 lat mogą iść w kolumnie tylko dwójkami pod nadzorem co najmniej jednej osoby pełnoletniej.
5. Długość kolumny pieszych nie może przekraczać 50 m. Odległość między kolumnami nie może być mniejsza niż 100 m.

6. Jeżeli przemarsz kolumny pieszych odbywa się w warunkach niedostatecznej widoczności:

1) pierwszy i ostatni z idących z lewej strony są obowiązani nieść latarki:

a) pierwszy – ze światłem białym, skierowanym do przodu,

b) ostatni – ze światłem czerwonym, skierowanym do tyłu;

2) w kolumnie o długości przekraczającej 20 m idący po lewej stronie z przodu i z tyłu są obowiązani używać elementów odblaskowych odpowiadających właściwym warunkom technicznym, a ponadto idący po lewej stronie są obowiązani nieść dodatkowe latarki ze światłem białym, rozmieszczone w taki sposób, aby odległość między nimi nie przekraczała 10 m;

3) światło latarek powinno być widoczne z odległości co najmniej 150 m.

7. Zabrania się:

1) ruchu po jezdni kolumny pieszych w czasie mgły; zakaz ten nie dotyczy kolumny wojskowej lub policyjnej;

2) ruchu po jezdni kolumny pieszych w wieku do 10 lat w warunkach niedostatecznej widoczności;

3) prowadzenia po jezdni kolumny pieszych przez osobę w wieku poniżej 18 lat.

Art. 13. 1. Pieszy wchodzący na jezdnię lub torowisko albo przechodzący przez jezdnię lub torowisko jest obowiązany zachować szczególną ostrożność oraz, z zastrzeżeniem ust. 2 i 3, korzystać z przejścia dla pieszych.

1a. Pieszy znajdujący się na przejściu dla pieszych ma pierwszeństwo przed pojazdem. Pieszy wchodzący na przejście dla pieszych ma pierwszeństwo przed pojazdem, z wyłączeniem tramwaju.

2. Przechodzenie przez jezdnię poza przejściami dla pieszych jest dozwolone, gdy odległość od przejścia przekracza 100 m. Jeżeli jednak skrzyżowanie znajduje się w odległości mniejszej niż 100 m od wyznaczonego przejścia, przechodzenie jest dozwolone również na tym skrzyżowaniu.

3. Przechodzenie przez jezdnię poza przejściami dla pieszych, o którym mowa w ust. 2, jest dozwolone tylko pod warunkiem, że nie spowoduje zagrożenia bezpieczeństwa ruchu lub utrudnienia ruchu pojazdów. Pieszy jest obowiązany ustąpić pierwszeństwa pojazdom i do przeciwległej krawędzi jezdni iść drogą najkrótszą, prostopadłą do osi jezdni.

4. Jeżeli na drodze znajduje się przejście nadziemne lub podziemne dla pieszych, pieszy jest obowiązany korzystać z niego, z zastrzeżeniem ust. 2 i 3.

5. Na obszarze zabudowanym, na drodze dwujezdniowej lub po której kursują tramwaje po torowisku wyodrębnionym z jezdni, pieszy przechodząc przez jezdnię lub torowisko jest obowiązany korzystać tylko z przejścia dla pieszych.

6. Przechodzenie przez torowisko wyodrębnione z jezdni jest dozwolone tylko w miejscu do tego przeznaczonym.

7. Jeżeli wysepka dla pasażerów na przystanku komunikacji publicznej łączy się z przejściem dla pieszych, przechodzenie do i z przystanku jest dozwolone tylko po tym przejściu.

8. Jeżeli przejście dla pieszych wyznaczone jest na drodze dwujezdniowej, przejście na każdej jezdni uważa się za przejście odrębne. Przepis ten stosuje się odpowiednio do przejścia dla pieszych w miejscu, w którym ruch pojazdów jest rozdzielony wysepką lub za pomocą innych urządzeń na jezdni.

Art. 14. Zabrania się: 1)

wchodzenia na jezdnię:

a) bezpośrednio przed jadącym pojazdem, w tym również na przejściu dla pieszych,

b) spoza pojazdu lub innej przeszkody ograniczającej widoczność drogi; 2) przechodzenia przez jezdnię w miejscu o ograniczonej widoczności drogi;

3) zwalniania kroku lub zatrzymywania się bez uzasadnionej potrzeby podczas przechodzenia przez jezdnię lub torowisko;

4) przebiegania przez jezdnię;

5) chodzenia po torowisku;

6) wchodzenia na torowisko, gdy zapory lub półzapory są opuszczone lub opuszczanie ich rozpoczęto;

7) przechodzenia przez jezdnię w miejscu, w którym urządzenie zabezpieczające lub przeszkoda oddzielają drogę dla pieszych albo chodnik od jezdni, bez względu na to, po której stronie jezdni one się znajdują;

8) korzystania z telefonu lub innego urządzenia elektronicznego podczas wchodzenia lub przechodzenia przez jezdnię lub torowisko, w tym również podczas wchodzenia lub przechodzenia przez przejście dla pieszych – w sposób, który prowadzi do ograniczenia możliwości obserwacji sytuacji na jezdni, torowisku lub przejściu dla pieszych.”

4. Wszyscy uczestnicy biegów powinni zachować szczególną ostrożność podczas poruszania się po trasie biegu.

5. Organizator, wszystkie osoby z nim współpracujące a także osoby związane z prowadzeniem i organizacją biegów nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po biegach. Uczestnicy ponoszą odpowiedzialność cywilną i prawną za wszystkie wyrządzone przez

- siebie szkody. Przez akceptację niniejszej deklaracji uczestnicy zrzekają się prawa dochodzenia prawnego lub zwrotnego od Organizatora lub osób współpracujących w razie wypadku lub szkody związanej z biegami. Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że w razie wypadku nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do Organizatora.
6. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki a także za cenne rzeczy pozostawione w depozycie znajdującym się w biurze zawodów i przepakach. Depozyty są do dyspozycji uczestników biegów przed, w trakcie i godzinę po zakończeniu każdego biegu. Depozyty i przepaki mogą zostać przesłane uczestnikowi po zakończeniu zawodów. Zryczałtowany koszt przesyłki na terenie Polski wynosi 30 zł. W przypadku zaginięcia przepaku lub depozytu w trakcie zawodów lub zagubienia przez firmę kurierską / Poczta Polska Organizator odpowiada do kwoty 100 zł łącznie. Przedmioty znajdujące się w workach depozytowych i przepakach nieodebrane w terminie 14 dni od zakończenia zawodów zostają przeznaczone na cele statutowe Organizatora.
 7. Organizator nie zapewnia noclegów.

Załącznik nr 1 do Regulaminu

Zasady Eco & Fair Play

Każdy uczestnik biegu zobowiązany jest do przestrzegania zasad zawartych w **Zasadach Eco & Fair Play**. Podnoszenie świadomości społecznej w zakresie ochrony środowiska naturalnego i podjęcie odpowiedzialności za nie, to założenia przyświecające organizacji zawodów.

1. Trasy biegów przebiegają przez tereny trzech nadleśnictw: Nadleśnictwa Myślenice, Nadleśnictwa Limanowa i Nadleśnictwa Nowy Targ.
2. Każdy uczestnik biegu swoją postawą chroni środowisko naturalne, dba o utrzymanie krajobrazu i ekosystem, mając świadomość, że człowiek jak każdy żywy organizm, jest elementem środowiska przyrodniczego i podlega jego prawom.
3. Uczestnicy zawodów są zobowiązani:
 - a) wyrzucać śmieci, w tym wykorzystane środki higieniczne jedynie w punktach kontrolnych. Złamanie bezwzględного zakazu pozostawiania śmieci na trasie biegu skutkuje dyskwalifikacją;
 - b) wykorzystać podczas biegu prywatny kubek wielorazowego użytku. Pozwala to na wyeliminowanie kubków jednorazowych;
 - c) kierować się zasadą szacunku do samych siebie, innych uczestników i środowiska naturalnego;
 - d) kierować się zasadą solidarności nad rywalizacją, udzielać pomocy potrzebującym;
 - e) zachować ciszę w lesie,
 - f) stosować zasady Fair Play, nie oszukiwać poprzez zejścia z wyznaczonego szlaku i skracanie trasy.
4. Każdy zawodnik musi ukończyć bieg o własnych siłach, pomoce są niedozwolone, z wyłączeniem kijów trekkingowych.
5. Zakazana jest zorganizowana pomoc osób trzecich na trasie. Dozwolona jest pomoc osób trzecich w punktach odżywczych na zasadach określonych w Regulaminie.

Załącznik nr 2 do Regulaminu

WINTER TRAIL MAŁOPOLSKA		NUMER STARTOWY
IMIĘ	NAZWISKO	

WYPEŁNIJ CZYTELNIIE DRUKOWANYMI LITERAMI!

- Oświadczam, że jestem osobą pełnoletnią, zdolną do udziału w wydarzeniu i nie występują u mnie przeciwwskazania zdrowotne a także przyjmuję do wiadomości, że udział w wydarzeniu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci) a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Oświadczam, że biorę udział w wydarzeniu na własną odpowiedzialność. Oświadczam, że znany jest mi Regulamin wydarzenia i akceptuję jego treść. **Oświadczam, że według mojej najlepszej wiedzy w okresie ostatnich 14 dni, poprzedzających złożenie oświadczenia: a) nie jestem zakażony/wirusem COVID 19; b) nie przebywam na kwarantannie lub pod nadzorem epidemiologicznym. W przypadku, gdy w ciągu 14 dni od dnia mojego udziału wydarzeniu wystąpią u mnie objawy zakażenia COVID-19, zobowiązuję się niezwłocznie poinformować o tym fakcie właściwe miejscowo służby sanitarne i epidemiologiczne, a także Organizatora na adres mailowy: fundacja@ultratrailmalopolska.pl oraz podjąć niezbędne kroki wg wskazań GIS <https://www.gov.pl/web/koronawirus>.**
- Wyrażam zgodę na wykorzystanie przedstawionych danych osobowych dla potrzeb realizacji procesu rejestracji, prezentacji list i przeprowadzenia wydarzenia, dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprez przez Organizatora: Fundację Hala, z siedzibą w Krakowie, zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (RODO). Wyrażam zgodę na wykorzystanie mojego wizerunku w materiałach informacyjnych i promocyjnych Organizatora. Wyrażam zgodę na nieodpłatne wykorzystywanie przez Organizatora wizerunku, utrwalonego w dowolnej formie, w celach związanych z organizacją i promocją imprez Organizatora. Niniejsza zgoda dotyczy w szczególności wykorzystania wizerunku poprzez zamieszczenie wykonanych fotografii i filmów w relacjach i materiałach promocyjnych Organizatora. Zgoda obejmuje także wykorzystanie wykonanych zdjęć w szczególności do upublicznienia, powielania, zwielokrotniania, emisji, publikacji, nadawania lub transmisji pod warunkiem, że nie zostanie naruszone dobre imię osoby wyrażającej zgodę na publikację wizerunku. Niniejsza zgoda na wykorzystanie wizerunku nie jest ograniczona czasowo ani terytorialnie. Potwierdzam, że zapoznałem się z klauzulą informacyjną dla uczestników dotyczącą przetwarzania moich danych przez Fundację 4 Alternatywy zwartą w Regulaminie wydarzenia.

Data	Potwierdzam oświadczenia 1 (podpis)	Wyrażam zgodę 2 (podpis)