



**REGULAMIN
VII PODBIEG NA MAKOWICĘ
BIEG ZALICZANY DO
ALPEJSKIEGO GRAND PRIX w RYTRZE**

ORGANIZATOR:

1. Organizatorem biegu jest Stowarzyszenie Visegrad Maraton Rytro

TERMIN I MIEJSCE:

1. Bieg rozegrany zostanie 3 października 2020 roku. (sobota)
2. Start: Parking pod zamkiem w Rytrze godz. 10:00
3. Przebieg trasy trasa o charakterze typowo alpejskim prowadzi z pod ruin ryterskiego zamku ścieżką znajdującą się pomiędzy ostro opadającymi zboczami Makowicy (949 m n.p.m.), a wyjątkowo bystrym w tym miejscu Popradem. Po dotarciu do mostu w Życzanowie trasa prowadzi doliną potoku życzanowskiego do spotkania znaków szlaku niebieskiego. Od tego miejsca rozpocznie się spokojny podbieg w kierunku Głębokiego Jaru, nad którym poprowadzono piękny mostek z którego chyba najlepiej można podziwiać jak Potok Życzanowski głęboko się wciął w zbocza Makowicy. Dalej szlak niebieski doprowadzi Was do mety na szczycie Makowicy (949 m n.p.m.).
4. Długość trasy: OK. 7,6 km
5. Nawierzchnia: asfalt, liście, szuter i błoto :D
6. Profil trasy: Makowica licząca bagatela... 949 m n.p.m. znajdują się ponad 600 m nad Rytrzem
7. Rekord trasy: Piotr Biernawski – 41:57, Natalia Tomasiak – 49:20

UCZESTNICTWO I ZGŁOSZENIA, OPŁATY STARTOWE, BIURO ZAWODÓW:

W biegu prawo startu mają osoby, które do dnia 03 października 2020 r. ukończą 18 lat. Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza rejestracji w zakładce „ZAPISY” na stronie internetowej organizatora: <http://www.visegradmaraton.info> oraz wpłacenia na konto organizatora opłaty startowej w wysokości: **30 zł**

**adres: Stowarzyszenie Visegrad Maraton Rytro
Rytro 265, 33-343 Rytro**

tytuł przelewu : opłata startowa MAKOWICA, imię i nazwisko

Konto bankowe Raiffeisen Polbank:

Wpłaty w złotych (PLN) 90 1750 0012 0000 0000 2257 2032

Wpłaty w euro (€) SWIFT: RCBWPLPW PL 65 1750 0012 0000 0000 2257 2288

- termin zgłoszeń elektronicznych: do 01 października 2020 r., po tym terminie zapisów będzie można dokonać w dniu zawodów tj. 03 października 2020 r. oraz opłacić start wyłącznie gotówką w Biurze Zawodów w wysokości: 40 zł.
- 03 październik 2020 r. zgłoszenia wyłącznie w Biurze Zawodów, jeśli będą wolne miejsca; Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów (granatowy namiot pod zamkiem w Rytrze) w dniu 03.10.2020 r. w godz. Od 8:00 do 9:45. Podczas weryfikacji

zawodnicy muszą posiadać dowód tożsamości. Po weryfikacji zawodnicy otrzymują: numerek startowy i agrałki, worek na odzież do przechowania;

- Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność, podpisując oświadczenie o zdolności do udziału w biegu. Zgłoszenie do biegu jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzaniem danych na potrzeby biegu.

DEPOZYTY I LIMIT CZASU:

1. Depozyty należy złożyć w miejscu startu, a ich odbiór odbędzie się w miejscu dekoracji zawodników, wydawania posiłków regeneracyjnych
2. Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący: 2 godziny

ŻYWIENIE:

1. Po ukończeniu biegu zawodnicy otrzymają gorące napoje oraz posiłek regeneracyjny (kielbaski, chleb i coś na ząb) – będzie ognisko ☺

KLASYFIKACJE:

1. OPEN kobiet i mężczyzn 1-2-3 miejsca:

NAGRODY:

1. Każdy z zawodników, który ukończy bieg w limicie czasu otrzyma na mecie pamiątkowy medal
2. Zwycięzcy w klasyfikacji OPEN:
 - generalnej mężczyzn miejsca I-III
 - generalnej kobiet miejsca I-III

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Uczestników biegu obowiązuje estetyczny ubiór i obuwie.
2. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na piersiach. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego (w części lub w całości).

3. Uczestnik biegu ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i winien stosować się do przepisów ruchu drogowego, oraz wskazań osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo, służb porządkowych i osób działających w imieniu organizatora. Ponadto zgodnie z obowiązującym na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej stanem epidemii, uczestnik rajdu oraz biegu zobowiązuje do przestrzegania dodatkowych norm sanitarnych tj. Utrzymanie dystansu 1,5-2 m od drugiej osoby, zakładania maseczki ochronnej w zamkniętym pomieszczeniu, oraz będąc w grupie osób przebywających na zewnątrz, dezynfekcji rąk.

4. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.

**KOMITET ORGANIZACYJNY
VII PODBIEG NA MAKOWICĘ**
biuro@visegradmaraton.info

**Załącznik do powyższego regulaminu VII Podbiegu na
Makowice: Regulamin Alpejskiego Grand Prix w
Rytrze (czytaj poniżej)**

REGULAMIN

ALPEJSKIE GRAND PRIX W RYTRZE 03-04.10.2020 r. (sobota – niedziela)

1. Organizator: Stowarzyszenie Visegrad Maraton Rytro

2. Termin i miejsce biegów zaliczanych do AGPWR:

- 03.10.2020 r. (sobota) – VII Podbieg na Makowice – biuro zawodów od godz. 8:00 do 9:45 – start o godz. 10:00 – limit uczestników: 100
- 04.10.2020 r. (niedziela) – V Bieg Kurierów Sądeckich – biuro zawodów od godz. 8:00 do 9:45 – start o godz. 10:00 – limit uczestników: 100

3. Klasyfikacja i Nagrody w AGPWR:

- Klasyfikacja ustalona na podstawie sumy czasów z dwóch biegów:
 - OPEN kobiet 1-2-3 miejsca
 - OPEN mężczyzn 1-2-3 miejsca
- Nagrody:
 - OPEN kobiet:
 - 1 miejsce = 500 zł
 - 2 miejsce = 400 zł
 - 3 miejsce = 300 zł
 - OPEN mężczyzn:
 - 1 miejsce = 500 zł
 - 2 miejsce = 400 zł
 - 3 miejsce = 300 zł

Uwaga: Wśród wszystkich uczestników obu biegów zostanie rozlosowany ROWER GÓRSKI MTB o wartości ok. 2.500,00 zł (uczestnictwo w jednym biegu = 1 los, uczestnictwo w dwóch biegach = 2 losy). Podczas losowania należy osobiście odebrać nagrodę. Losowanie odbędzie się 04.10.2020 r. ok. godziny 13:00-14:00 na Prehybie podczas ceremonii zakończenia V Biegu Kurierów Sądeckich.

Komitet organizacyjny AGPWR, Zarząd Stowarzyszenia Visegrad Maraton Rytro