

REGULAMIN MARATONU PIESZEGO

110 KRAKÓW-ZAKOPANE

2025

MARATON PIESZY 110 jest ogólnodostępną imprezą turystyczno – rekreacyjno – wytrzymałościową. Pokonanie trasy wymaga od Uczestników dobrego stanu zdrowia (bez przeciwwskazań do tego typu aktywności fizycznej), bardzo dobrej zaprawy i kondycji w uprawianiu turystyki na długim dystansie.

CEL MARATONU 110

Głównym celem **MARATONU 110** jest umożliwienie Tobie podjęcia ponadprzeciętnego wysiłku pokonania głównej trasy: z Krakowa do Zakopanego, 110 km. **MARATON 110** to czas i miejsce, aby pokonywać siebie, aby udowodniać sobie, że „dam radę”. Trudy **MARATONU 110** nieubłaganie nakreślą Twoją granicę zmęczenia fizycznego i psychicznego, za którą zechcesz wykrzyknąć - DOŚĆ! Jednak wstaniesz i pójdziesz dalej, aby przekroczyć kolejną własną granicę. Przecież nie liczy się to ile razy upadasz, lecz ile razy wstajesz. Pokonania **ALTERNATYWNEJ DROGI DLA “ZAKOPIANKI**. Tym razem wolnej od korków, spalin i zniecierpliwienia – **DROGI PIESZEJ!!!**

1. DYSTANSE MARATONU 110

1.1 Trasa Główna (110 km): Kraków Swoszowice – Bulina – Raba Niżna – Gronków – Zakopane Gubałówka

1.2 Trasa Połówka 1/2 (55 km): Raba Niżna – Gronków – Zakopane Gubałówka

2. UCZESTNICY MARATONU 110

2.1 Osoby pełnoletnie, zdrowe fizycznie;

2.2 Osoby niepełnoletnie

2.2 Szczególne warunki uczestnictwa osób niepełnoletnich:

- Zdrowie fizyczne – brak przeciwwskazań medycznych;
- Bezwzględnie jest wymagana pisemna zgoda, opatrzona własnoręcznym podpisem rodziców/ opiekunów prawnych. Bez pisemnej zgody rodziców/opiekunów prawnych, osoba niepełnoletnia, zgłaszająca się na rajd, nie zostanie przyjęta do grona uczestników rajdu. Bez prawa zwrotu wpłaconego wpisowego;

- Pozostawanie pod stałą opieką pełnoletniego opiekuna podczas trwania maratonu, szczególnie podczas pokonywania trasy maratonu
- Pełnoletni opiekun powinien złożyć w biurze rajdu pisemne oświadczenie o sprawowaniu opieki nad osobą niepełnoletnią podczas trwania rajdu
- Złożenie w Biurze Rajdu pisemnego oświadczenia pełnoletniego opiekuna z jego własnoręcznym podpisem

3. TERMIN, MIEJSCE, DYSTANSE, CZAS MARATONU 110

3.1 Maraton 110 odbędzie się w dniach: 23-25 maja 2025 roku

- **DYSTANS GŁÓWNY MARATONU – 110 km TRASA: KRAKÓW – ZAKOPANE** Start: Kraków Swoszowice - KS Wróblowianka. Data 23 maja 2025 godzina 12:00. Meta: Zakopane Gubałówka - Szałas u Jantka
- **DYSTANS POŁÓWKA 1/2 MARATONU – 55 km TRASA: RABA NIŻNA – ZAKOPANE.** Start: Raba Niżna Strażnica OSP. Data 24 maja 2025 godzina 11:00, Meta: Zakopane Gubałówka - Szałas u Jantka

3.2 Zakończenie rywalizacji na obu dystansach Maratonu nastąpi w dniu 25.05.2025, o godzinie 10:00

4. WARUNKI ZGŁOSZENIA MARATONU 108

- Zgłoszenie udziału, przez stronę internetową www.mymountain.club zawierające wymagane przez Organizatora dane
- Start zapisów: 02 listopada 2025 roku od godziny 18:00; do wyczerpania miejsc w każdym dystansie MARATONU 110
- Wpłacenie wpisowego za określony dystans

5. OPŁATY UDZIAŁU MARATONU 110

5.1 DYSTANS GŁÓWNY – 110 km / DYSTANS POŁÓWKA - 55 km

Wpisowe Bezzwrotne

- Do dnia **30.11.2024** lub do wyczerpania miejsc, dla pierwszych **50 osób. Kwota 250 zł**
- Do dnia **31.12.2024** lub do wyczerpania miejsc, dla pierwszych **50 osób. Kwota 300 zł**
- Do dnia **30.04.2025** lub do wyczerpania miejsc. **Kwota 350 zł**

Wpisowe Zwrotne (W TYM BEZZWROTNA OPŁATA GWARANCYJNA 100,-pln)

- Do dnia **30.11.2024** lub do wyczerpania miejsc, dla pierwszych **50 osób. Kwota 350 zł**
- Do dnia **31.01.2025** lub do wyczerpania miejsc, dla pierwszych **50 osób. Kwota 400 zł**
- Do dnia **30.04.2025** lub do wyczerpania miejsc. **Kwota 450 zł**

5.2 CENA WPISOWEGO JEST WSPÓLNA DLA OBU DYSTANSÓW

Dystans Połówka co prawda obejmuje mniej posiłków, ale zawiera transport uczestników z Krakowa do Raby Niżnej. Szczegółowy wykaz, co organizator zapewnia w ramach wpisowego, podajemy w dalszej części regulaminu.

5.3 JAK OPŁACIĆ WPISOWE:

- Płacąc WPISOWE za maraton dla siebie lub grupy osób, można skorzystać z: WPISOWEGO ZWROTNEGO lub WPISOWEGO BEZZWROTNEGO.
- WPISOWE BEZZWROTNE, to koszt udziału w maratonie. Wpłaty należy dokonać najpóźniej w ciągu 48 godzin od momentu złożenia ZAMÓWIENIA. WPISOWEGO BEZZWROTNEGO nie można odzyskać, ani przenieść na kolejny termin lub inne wyzwanie.
- WPISOWE ZWROTNE, to koszt udziału w maratonie powiększony o OPŁATĘ GWARANCYJNĄ, w wysokości: 100,-pln. Gwarantującą zwrot kosztu wpisowego do dnia rozpoczęcia maratonu włącznie. OPŁATA GWARANCYJNA nie jest zwrotna.
- Po złożeniu ZAMÓWIENIA, wpłacie WPISOWEGO, automatycznie otrzymasz maila z potwierdzeniem. Jest to jedyne i ostateczne potwierdzenie udziału w maratonie (*odtąd cała komunikacja odbywa się drogą mailową, także pytania. Facebook, jego wiadomości i komentarze są raczej przeznaczone dla osób obserwujących profil, oczekujących dodatkowych informacji o naszej ofercie oraz opinii uczestników po odbytym maratonie*)
- W przypadku odwołania maratonu lub przeniesienia jego terminu, z przyczyny uniemożliwiającej jego realizację, organizator zwraca wszelkie koszty poniesione przez uczestników. Zwrot środków nastąpi do 7 dni po terminie maratonu.
- Na ok. 14 dni przed maratonem, otrzymasz maila organizacyjnego z prośbą o: imiona i nazwiska wszystkich uczestników + numery PESEL, niezbędne do ubezpieczenia w PZU Wojażer.
- Na ok. 7 dni przed maratonem, otrzymasz maila z ostatecznymi, szczegółowymi informacjami o maratonie.
- Przychodzisz na miejsce startu, zgłaszasz swoją obecność, potwierdzasz podpisem na liście startowej, pobierasz pakiet startowy.
- Startujesz w MARATONIE PIESZYM 110 KRAKÓW-ZAKOPANE 2025.

6. PRZEBIEG MARATONU 110

6.1 DYSTANS GŁÓWNY MARATONU - 110 km

23 maja (piątek) 10.00 – 12.00 – Biuro MARATONU: rejestracja, potwierdzenie przybycia, wydawanie pakietów startowych dla uczestników; 12.00 – rozpoczęcie MARATONU, – wymarsz na trasę według wcześniej ustalonego harmonogramu

6.2. DYSTANS POŁÓWKA - 54 km

24 maja (sobota) 10.00 – 11.00 – Biuro MARATONU: rejestracja, potwierdzenie przybycia, wydawanie pakietów startowych dla uczestników; 11.00 – rozpoczęcie MARATONU, – wyczekaj na trasę według wcześniej ustalonego harmonogramu

6.3 UROCZYSTY FINAŁ

25 maja (niedziela) Linia METY dla obydwu dystansów jest w tym samym miejscu. **"Szalas u Jantka" Gubałówka 192, Zakopane - Furmanowa.** W godzinach 10:00 - 12:00 **OFICJALNE ZAKOŃCZENIE MARATONU** (wręczenie medali i dyplomów, góralska watra przy muzyce, pieczenie kielbasy, gorąca herbata)

- Limit czasu dla Dystansu Głównego: **46 godzin** (start: piątek 23 maja, godzina: 12:00, meta: do niedziela 25 maja, godzina: 10:00)
- Limit czasu dla Dystansu Połówka: **23 godziny** (start: sobota 24 maja, godzina: 11:00, meta: do niedziela 25 maja, godzina: 10:00)

7. SPRAWY ORGANIZACYJNE MARATONU 110

7.1 Organizator w ramach wpisowego zapewnia:

- Przeprowadzenie Maratonu bez względu na warunki atmosferyczne
- Ubezpieczenie w PZU Wojażer dla wszystkich uczestników
- Pakiet startowy dla każdego z uczestników: mapa z zaznaczoną trasą przebiegu maratonu, opis trasy, 1 litr wody, czekolada 100g, numer startowy,
- Przewóz bagaży z miejsca Startu do miejsca Mety
- Punkty Kontrolne na trasie Maratonu
- Środki opatrunkowe w Punktach Kontrolno-Żywnościowych i Mecie
- Dostęp do wody pitnej i owoców w 4 punktach pomiędzy Startem, Punktami Kontrolno-Żywnościowymi i Metą
- Ciepły posiłek + herbata + woda + kanapka w Punktach Kontrolno-Żywnościowych
- Posiłki we wszystkich trzech Punktach Kontrolno-Żywnościowych (Bulina, Raba Niżna, Gronków) dla uczestników Dystansu Głównego 110km. Posiłek w jednym Punkcie Kontrolno-Żywnościowym (Gronków) dla uczestników Dystansu Połówka 55km
- Obsługę na Starcie, Mecie i w Biurze Maratonu;
- Bezpłatny dostęp do bieżącej wody i sanitariatów na Starcie, w Punktach Kontrolno-Żywnościowych i na Mecie
- Pamiątkowe dyplomy uczestnictwa dla wszystkich uczestników Maratonu
- Imienny medal drewniany, dla wszystkich uczestników Maratonu
- Ognisko przy muzyce z kielbaskami, pieczywem, dodatkami, herbatą i kawą na Mecie Maratonu
- Transport autokarem z obrębie miasta Krakowa spod Dworca Głównego do miejsca Startu
- Transport autokarem z Krakowa do miejsca startu Dystansu Połówka, w Rabie Niżnej
- Transport do Punktów Kontrolno-Żywnościowych i na Metę Maratonu, w przypadku kontuzji, innych losowych wydarzeń i rezygnacji z kontynuowania Maratonu

- Opieka medyczna,

7.2 OBOWIĄZKI UCZESTNIKA MARATONU 110

- Zgłoszenie udziału w Maratonie, wpłacenie wpisowego w ustalonej wysokości. Stawienie się na Starcie Maratonu i potwierdzenie obecności oraz tożsamości w Biurze Maratonu.
- Zapoznanie się z zasadami bezpieczeństwa i zobowiązanie się do ich przestrzegania;
- Przemierzanie trasy wyłącznie pieszo bez użycia jakichkolwiek środków lokomocji; Poruszanie się po wyznaczonej przez organizatora trasie z zachowaniem kolejności etapów (potwierdzone podpisem na liście w Punktach Kontrolnych i Mecie)
- Korzystanie wyłącznie z mapy, opisu trasy, nawigacji GPS, aplikacji mobilnej Mapy.cz. na smartfonie. Dozwolone jest używanie urządzeń do rejestracji przebytej trasy
- Potwierdzenie ukończenia maratonu na Mecie
- Zgłoszenie rezygnacji z dalszego uczestnictwa w Maratonie, jeśli rezygnacja następuje podczas pokonywania trasy, może nastąpić w jeden z poniższych sposobów. Telefonicznie na Numer Alarmowy podany przez organizatora. Wówczas uczestnik powinien dojść do najbliższego Punktu Kontrolnego (poprzedniego lub następnego na trasie), albo osobiście w Punkcie Kontrolnym. Organizator zapewnia transport do miejsca Mety, wykorzystując BUS-a, realizując przejazd gdy Biuro Maratonu na Mecie jest już otwarte (od godz. 10:00 w dniu 24.05.2025 - sobota). Organizator zastrzega sobie elastyczną formułę realizacji przewozu rezygnujących uczestników, dostosowaną do bieżących zadań.
- Osoby niepełnoletnie poruszają się na trasie maratonu pod opieką pełnoletniego opiekuna, który złożył pisemne oświadczenie. Dostarczenie zgody rodziców/prawnych opiekunów na udział w maratonie
- Posiadanie elementów odblaskowych wymaganych przez Prawo o ruchu drogowym art. 11 ustęp 4a. Obowiązkowe wyposażenie.

7.3 OBOWIĄZKOWE WYPOSAŻENIE UCZESTNIKA MARATONU 110

- Telefon komórkowy z naładowaną baterią – numer zgodny z numerem podanym w zgłoszeniu,
- Dowód tożsamości ze zdjęciem,
- Elementy odblaskowe na odzież,
- Bidon lub inny pojemnik na wodę,
- Latarka (czołówka).

7.4 ZALECANE WYPOSAŻENIE UCZESTNIKA MARATONU 110

- Dwie pary wygodnych butów marszowych,
- 3-4 pary skarpetek,
- Okrycie przeciwdeszczowe,
- Kompas,
- Prowiant i płyny zdatne do spożycia na jedną dobę,
- Folia ratunkowa NRC,

- Podstawowe środki opatrunkowe i higieniczne
- Śpiwór,
- Ręcznik,
- Ciepłe i letnie wygodne ubranie

8. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- W trakcie trwania maratonu uczestników na całej trasie obowiązuje zakaz spożywania napojów alkoholowych oraz innych środków odurzających.
- Maraton jest wyczerpujący fizycznie, dlatego prosimy dobrze przemyśleć decyzję o wzięciu w nim udziału - na trasie jesteś zdany wyłącznie na siebie, swoje umiejętności posługiwania się mapą i orientacji w terenie.
- W przypadku naruszenia postanowień regulaminu, uczestnikowi grozi dyskwalifikacja lub doliczenie dodatkowego czasu (w zależności od decyzji organizatora).
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora. Kwestie i decyzje nieuregulowane niniejszym regulaminem będą każdorazowo rozpatrywane przez organizatora.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany treści regulaminu do momentu rozpoczęcia maratonu.
- Biorąc udział w MARATONIE 110, wyrażasz zgodę na przetwarzanie danych osobowych i wizerunku w celu realizacji Maratonu oraz akceptujesz REGULAMIN MARATONU PIESZEGO 110 KRAKÓW-ZAKOPANE 2025

9. ORGANIZATOR

MY MOUNTAIN CLUB VC LLT

3680 Wilshire Blvd Ste P04-1003

CA 90010 Los Angeles, Ein 37-2017398

10. KONTAKT

e-mail: kontakt@mymountain.club