

20.08  
2022



1

# ULTRA MAZURY 2022

20.08.2022

Hotel Anders, Stare Jabłonki

---

## REGULAMIN

---

**RNRS**

Fundacja RNRS, ul. Witosa 9B/21, 87-100 Toruń | [fundacja@rnrs.pl](mailto:fundacja@rnrs.pl) | [www.rnrs.pl](http://www.rnrs.pl)  
KRS 0000777120 | REGON 38286432200000 | NIP 8792711292

20.08  
2022



2

## Spis treści

1	Organizator .....	3
2	Cele imprezy .....	3
3	Termin i dystans .....	3
4	Biuro zawodów .....	3
5	Start/Meta .....	3
6	Warunki uczestnictwa .....	4
7	Zgłoszenia .....	5
8	Opłata startowa .....	5
9	Zmiana dystansu .....	7
10	Przepisanie pakietu .....	7
11	Trasy .....	7
12	Punkty odżywcze i kontrolne .....	8
13	Przepak .....	11
14	Depozyt .....	11
15	Zasady rywalizacji .....	11
16	Klasyfikacje .....	12
17	Nagrody .....	12
18	Wyposażenie obowiązkowe .....	12
19	Wyposażenie zalecane .....	14
20	Kary i dyskwalifikacje .....	14
21	Postanowienia końcowe .....	15

20.08  
2022



3

## 1 Organizator

Fundacja RNRS  
ul. Witosa 9B/21  
87-100 Toruń  
KRS: 0000777120  
REGON: 382864322  
NIP: 8792711292

## 2 Cele imprezy

- Promocja regionu Warmii i Mazur
- Rywalizacja sportowa
- Propagowanie zdrowego trybu życia i edukacji ekologicznej
- Promocja biegania ULTRA - biegania w terenie na dystansie powyżej 42,195 km oraz samowystarczalności na trasie i orientacji

## 3 Termin i dystans

ULTRA Mazury odbędą się na czterech dystansach:

U100	20.08.2022, 03:00	(limit 15 godzin)
U70	20.08.2022, 06:00	(limit 12 godzin)
U37	20.08.2022, 09:00	(limit 6 godzin)
U10	20.08.2022, 10:00	(limit 2 godziny)

Linia startowa zostaje zamknięta po 5 minutach od strzału startera

## 4 Biuro zawodów

Hotel Anders\*\*\*\*, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki

## 5 Start/Meta

plaża Hotelu Anders\*\*\*\* w Starych Jabłonkach

**RNRS**

Fundacja RNRS, ul. Witosa 9B/21, 87-100 Toruń | [fundacja@rnrs.pl](mailto:fundacja@rnrs.pl) | [www.rnrs.pl](http://www.rnrs.pl)  
KRS 0000777120 | REGON 38286432200000 | NIP 8792711292

20.08  
2022



4

## 6 Warunki uczestnictwa

- 6.1 Uczestnikiem biegów U100, U70 może zostać każda osoba, która do dnia 19.08.2022 roku ukończy 18 lat
- 6.2 Uczestnikiem biegu U10 i U37 może zostać każda osoba, która do dnia 19.08.2022 roku ukończy 16 lat
- 6.3 Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział w biegu od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia startu jest obecność rodzica lub opiekuna prawnego wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w Biurze zawodów.
- 6.4 Wszyscy zawodnicy zgłaszając się do biegu oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność, i że nie występują przeciwwskazania lekarskie do udziału w biegu.
- 6.5 Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości (dowód osobisty, paszport, prawo jazdy) celem kontroli tożsamości i daty urodzenia.
- 6.6 Odbiór pakietu startowego za osobę trzecią możliwy jest na podstawie upoważnienia. Konieczne jest okazanie ksera dokumentu tożsamości, pisemnego upoważnienia tej osoby oraz podpisanej karty zgłoszeniowej.
- 6.7 Wzór upoważnienia i karty zgłoszeniowej znajduje się na stronie [ultra.mazury.pl](http://ultra.mazury.pl) w zakładce DLA UCZESTNIKÓW / DO POBRANIA
- 6.8 Nieodebrane pakiety startowe nie będą wydawane ani rozsyłane w terminie późniejszym.
- 6.9 Zejście z trasy możliwe jest tylko na punktach odżywczych po poinformowaniu o tym fakcie obsługi zawodów.
- 6.10 Zawodnicy muszą mieć numer startowy przymocowany z przodu ciała w widocznym miejscu niczym nie przesłonięty ani nie zmodyfikowany.
- 6.11 Zawodnicy muszą mieć przymocowany do buta chip pomiarowy, który otrzymają od organizatora.
- 6.12 Nie dopuszcza się startu zawodników z psami oraz wózkami na żadnym dystansie.
- 6.13 Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać Regulaminu

20.08  
2022



## 7 Zgłoszenia

- 7.1 Zgłoszeń online można dokonywać do 18.07.2022 do godziny 12:00 przy pomocy elektronicznego formularza dostępnego na stronie internetowej organizatora [ultra.mazury.pl](http://ultra.mazury.pl)
- 7.2 Organizator ustala limity zgłoszeń na:
- 150 zawodników na dystansie U100 + 5 miejsc organizatora
  - 200 zawodników na dystansie U70 + 5 miejsc organizatora
  - 500 zawodników na dystansie U37 + 5 miejsc organizatora
  - 300 zawodników na dystansie U10 + 5 miejsc organizatora
- 7.3 Dokładne terminy i godziny funkcjonowania Biura Zawodów podane są na stronie [ultra.mazury.pl](http://ultra.mazury.pl) w zakładce PROGRAM
- 7.4 Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, która wypełniła formularz zgłoszeniowy i uiściła opłatę startową

## 8 Opłata startowa

- 8.1 U100
- 160,00 PLN płatne do 01.03.2022
  - 180,00 PLN płatne do 01.06.2022
  - 200,00 PLN płatne do 18.07.2022
- 8.2 U70
- 120,00 PLN płatne do 01.03.2022
  - 140,00 PLN płatne do 01.06.2022
  - 160,00 PLN płatne do 18.07.2022
- 8.3 U37
- 100,00 PLN płatne do 01.03.2022
  - 120,00 PLN płatne do 01.06.2022
  - 140,00 PLN płatne do 18.07.2022
- 8.4 U10
- 70,00 PLN płatne do 01.03.2022

20.08  
2022



6

- 90,00 PLN płatne do 01.06.2022
  - 100,00 PLN płatne do 18.07.2022
- 8.5 Opłaty startowej należy dokonać poprzez płatności elektroniczne (tpay.pl) dostępne w formularzu zgłoszeniowym
- 8.6 Opłata nie jest ważna jeżeli została dokonana po terminie lub gdy zostanie wniesiona po wyczerpaniu limitu miejsc
- 8.7 Opłata startowa nie podlega zwrotowi
- 8.8 Jeżeli nie dokonasz płatności w trakcie rejestracji to otrzymasz link przypominający na maila. Link ten jest ważny przez 2 tygodnie. Po tym terminie on wygasa i należy dokonać rejestracji ponownie celem wniesienia opłaty.
- 8.9 Skrócenie, zmiana przebiegu trasy oraz odwołanie trasy lub zawodów w czasie ich trwania nie stanowi podstawy do zwrotu wpisowego
- 8.10 W przypadku odwołania zawodów przed ich rozpoczęciem zawodnikom przysługuje zwrot wpisowego.
- 8.11 W ramach wpisowego organizator zapewnia
- start w zawodach, elektroniczny pomiar czasu oraz obsługę trasy
  - ubezpieczenie PZU OC
  - dostęp pryszniców i toalet przed i po starcie w zawodach (na terenie startu/mety)
  - numery startowe
  - napoje i wyżywienie na trasie biegu (U10 nie ma wyżywienia na trasie)
  - posiłek regeneracyjny po zawodach
  - Pasta Party przed startem (dla U37, U70, U100)
  - After Party
  - zabezpieczenie medyczne
  - obsługę sędziowską
  - statuetki oraz nagrody rzeczowe dla najlepszych
  - medale dla wszystkich zawodników, którzy ukończą bieg

**RNRS**

Fundacja RNRS, ul. Witosa 9B/21, 87-100 Toruń | fundacja@rnrs.pl | [www.rnrs.pl](http://www.rnrs.pl)  
KRS 0000777120 | REGON 38286432200000 | NIP 8792711292

20.08  
2022



7

- dostęp do strefy SPA (basen + sauny) Hotelu Anders\*\*\*\* (dla zawodników, którzy ukończą dystans U100, U70)
- inne świadczenia w miarę możliwości organizatora

## 9 Zmiana dystansu

- 9.1 Zmiana dystansu opłaconego zgłoszenia możliwa jest do 18.07.2022 do godziny 12:00 po wcześniejszym poinformowaniu organizatora pod adresem [ultramazury@ultra.mazury.pl](mailto:ultramazury@ultra.mazury.pl)
- 9.2 Nieopłacone zgłoszenie nie wymaga zgłaszania zmiany. Wystarczy do 18.07.2022 ponownie dokonać rejestracji wybierając pożądaną dystans. Powielona rejestracja zostanie usunięta.
- 9.3 Opłata za zmianę dystansu w opłaconym zgłoszeniu to 30,00 zł, którą można dokonać wyłącznie drogą elektroniczną po otrzymaniu linku do płatności od organizatora.
- 9.4 Każda zmiana dystansu wiąże się również z pokryciem różnicy w aktualnych cenach pakietów. Jeśli zmiana będzie dokonana na pakiet tańszy to różnica nie podlega zwrotowi.

## 10 Przepisanie pakietu

- 10.1 Przepisanie pakietu na osobę trzecią jest możliwe do dnia 18.07.2022 do godziny 12:00 po wcześniejszym poinformowaniu organizatora pod adresem [ultramazury@ultra.mazury.pl](mailto:ultramazury@ultra.mazury.pl)
- 10.2 Opłata za przepisanie pakietu to 30,00 zł, którą można dokonać wyłącznie drogą elektroniczną po otrzymaniu linku do płatności od organizatora.
- 10.3 Przepisanie pakietu wiąże się również z pokryciem różnicy w aktualnych cenach pakietów. Jeśli zmiana będzie dokonana na pakiet tańszy to różnica nie podlega zwrotowi.

## 11 Trasy

11.1 Dostępne dystanse:

U100	98,7 km	+1810m/-1810m
U70	69,5 km	+1280m/-1280m
U37	36,9 km	+530m/-530m
U10	10,3 km	+160m/-160m

20.08  
2022



8

- 11.2 Trasy biegu prowadzi szlakami turystycznymi regionu Warmii i Mazur
- 11.3 W kilku miejscach szlak (i trasa również) – wkracza na teren zurbanizowany. Uczestnicy mają w takich sytuacjach obowiązek przestrzegania zasad ruchu drogowego. W przypadku łamania tych zasad wobec zawodników będą stosowane kary czasowe, a w skrajnych wypadkach dyskwalifikacja.
- 11.4 Trasa będzie oznakowana na całym swoim przebiegu ze szczególnym uwzględnieniem miejsc zmiany szlaku.
- 11.5 Dokładny przebieg i profil trasy znajdują się na stronie [ultra.mazury.pl](http://ultra.mazury.pl)

## 12 Punkty odżywcze i kontrolne

- 12.1 Punkty odżywcze będą zarówno punktami kontrolnymi i zawodnicy, którzy nie pojawią się na nich w określonym czasie nie będą mogli kontynuować biegu (dotyczy dystansów U100, U70, U37)
- 12.2 Zawodnicy, którzy osiągną punkty kontrolne po limicie czasowym nie zostaną sklasyfikowani w biegu, powinni przerwać bieg, zdjąć numer startowy i podporządkować się poleceniom obsługi (dotyczy dystansów U100, U70, U37)
- 12.3 Organizator nie zapewnia transportu osobom, które zrezygnują z biegu lub osiągną punkty kontrolne po limicie czasu.
- 12.4 W przypadku niezastosowania się do poleceń obsługi zawodnik, wobec którego będzie konieczność przeprowadzenia akcji ratowniczej może zostać obciążony jej kosztami, a organizator przestaje ponosić odpowiedzialność za uczestnika
- 12.5 U100
  - Bufet 1 – ok. 25,4 km (Guzowy Piec - Bajkowy Zakątek)
    - PRZEPAK
    - woda, napój izotoniczny
    - limit czasu: do 7:00 (czas opuszczenia punktu)
  - Bufet 2 – ok. 41,2 km (Majdy)
    - woda, napój izotoniczny, słodczyce, owoce
    - limit czasu: do 9:15 (czas opuszczenia punktu)



20.08  
2022



9

Bufet 3 – ok. 64,3 km (Guzowy Piec - Bajkowy Zakątek)

- PRZEPAK
- woda, napój izotoniczny, słodczyce, owoce
- limit czasu: do 12:40 (czas opuszczenia punktu)

Bufet 4 – ok. 81 km (Punkt Widokowy, Szyldak)

- woda, napój izotoniczny, słodczyce, owoce
- limit czasu: do 15:15 (czas opuszczenia punktu)

Bufet 5 – ok. 93,6 km (Jezioro Motylek)

- woda, napój izotoniczny
- limit czasu: do 17:10 (czas opuszczenia punktu)

UWAGA

- Na trasie mogą zostać wyznaczone dodatkowe punkty kontrolne w których sędziowie będą spisywali numery startowe zawodników,
- Pominięcie któregośkolwiek punktu kontrolnego będzie skutkowało dyskwalifikacją (decyzja należy do sędziego głównego).

12.6 U70

Bufet 1 – ok. 9,3 km (Guzowy Piec - Bajkowy Zakątek)

PRZEPAK

- woda, napój izotoniczny
- limit czasu: do 7:35 (czas opuszczenia punktu)

Bufet 2 – ok. 25,1 km (Majdy)

- woda, napój izotoniczny, słodczyce, owoce
- limit czasu: do 10:20 (czas opuszczenia punktu)

Bufet 3 – ok. 48,1 km (Guzowy Piec - Bajkowy Zakątek)

- PRZEPAK
- woda, napój izotoniczny, słodczyce, owoce
- limit czasu: do 14:15 (czas opuszczenia punktu)

Bufet 4 – ok. 64,4 km (Jezioro Motylek)

- woda, napój izotoniczny
- limit czasu: do 17:05 (czas opuszczenia punktu)

UWAGA

**RNRS**

Fundacja RNRS, ul. Witosa 9B/21, 87-100 Toruń | fundacja@rnrs.pl | [www.rnrs.pl](http://www.rnrs.pl)  
KRS 0000777120 | REGON 38286432200000 | NIP 8792711292

20.08  
2022



10

- Na trasie mogą zostać wyznaczone dodatkowe punkty kontrolne w których sędziowie będą spisywali numery startowe zawodników.
- Pominięcie któregokolwiek punktu kontrolnego będzie skutkowało dyskwalifikacją (decyzja należy do sędziego głównego).

#### 12.7 U37

Bufet 1 – ok. 19,4 km (Punkt Widokowy, Szyldek)

- woda, napój izotoniczny
- limit czasu: do 12:10 (czas opuszczenia punktu)

Bufet 2 – ok. 31,8 km (Jezioro Motylek)

- woda, napój izotoniczny
- limit czasu: do 14:05 (czas opuszczenia punktu)

#### UWAGA

- Na trasie mogą zostać wyznaczone dodatkowe punkty kontrolne w których sędziowie będą spisywali numery startowe zawodników
- Pominięcie któregokolwiek punktu kontrolnego będzie skutkowało dyskwalifikacją (decyzja należy do sędziego głównego).

#### 12.8 U10

Bufet 1 – ok. 5,2 km (Jezioro Motylek)

- woda, napój izotoniczny
- limit czasu: do 10:55

20.08  
2022



### 13 Przepak

- 13.1 W pakietach startowych znajdować się będą worki do spakowania rzeczy na przepak. Pozostawić je będzie można w Biurze Zawodów w piątek (19.08.2022) w godzinach 14:00-23:00.
- 13.2 Przepak znajdować się będzie w "Bajkowym Zakątku" dla dystansów U70 i U100 w dniu 20.08.2022 do godziny 15:00.
- 13.3 Dla dystansu U37 nie ma przepaku na trasie.
- 13.4 Wszystkie rzeczy z przepaku zostaną zwiezione do Biura Zawodów w Starych Jabłonkach 20.08.2022 do godziny 17:00.

### 14 Depozyt

- 14.1 Na starcie biegu U100, U70, U37, U10 będzie dostępny depozyt dla zawodników chcących pozostawić swoje rzeczy (plaża Hotelu Anders\*\*\*\* w Starych Jabłonkach)
- 14.2 Rzeczy pozostawione w depozycie nie będą przewożone na punkt przepakowy.

### 15 Zasady rywalizacji

- 15.1 Wszystkich zawodników na trasie obowiązują
  - zasady fair-play,
  - support możliwy jest wyłącznie na trasach U70, U100 - w Bajkowym Zakątku
  - zakaz ingerowania w oznakowanie tras,
  - przestrzeganie przepisów ruchu drogowego na drogach publicznych oraz w miejscach przekraczania dróg publicznych,
  - obowiązek bezwzględnego wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym, w tym Policji i Straży Miejskiej, a także służb zabezpieczających trasę biegów z ramienia Organizatora,
  - zakaz poruszania się poza wyznaczoną trasą zawodów,
  - zakaz zaśmiecania trasy
  - zakaz niszczenia przyrody.

20.08  
2022



12

## 16 Klasyfikacje

### 16.1 U100

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn – w klasyfikacji OPEN nagradzanych będzie 3 najlepszych zawodników oraz 3 najlepszych zawodniczek

### 16.2 U70

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn – w klasyfikacji OPEN nagradzanych będzie 3 najlepszych zawodników oraz 3 najlepszych zawodniczek

### 16.3 U37

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn – w klasyfikacji OPEN nagradzanych będzie 3 najlepszych zawodników oraz 3 najlepszych zawodniczek

### 16.4 U10

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn – w klasyfikacji OPEN nagradzanych będzie 3 najlepszych zawodników oraz 3 najlepszych zawodniczek

## 17 Nagrody

17.1 W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn (na wszystkich dystansach): statuetki oraz nagrody rzeczowe

17.2 Warunkiem otrzymania nagród jest osobisty udział w ceremonii dekoracji – w przypadku braku nagrodzonych zawodników nagrody przepadają i nie będą wręczone

## 18 Wyposażenie obowiązkowe

### 18.1 U100:

- Plecak lub pas mieszczący całe wyposażenie obowiązkowe
- Pojemnik/pojemniki (bidony lub bukłak) mieszczący min. 1 litr płynów
- Lampka czołówka z białym światłem
- Lampka sygnalizacyjna z czerwonym światłem przypięta na plecach
- Działający telefon komórkowy
- Folię NRC

20.08  
2022



13

- Mapę z trasą biegu (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
- Numer startowy (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
- Własny kubek/pojemnik do napojów na punktach odżywczych

#### UWAGA

- Każdy zawodnik musi osobiście okazać wyposażenie obowiązkowe przed wejściem do strefy startu swojego biegu.
- Brak kompletnego wyposażenie obowiązkowego uniemożliwi wejście do strefy startu.
- Nie jest możliwe wejście do strefy startu po zamknięciu linii startu (5 minut od startu).

#### 18.2 U70:

- Plecak lub pas mieszczący całe wyposażenie obowiązkowe
- Pojemnik/pojemniki (bidony lub bukłak) mieszczący min. 1 litr płynów
- Lampka sygnalizacyjna z czerwonym światłem przypięta na plecach
- Działający telefon komórkowy
- Folię NRC
- Mapę z trasą biegu (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
- Chip do pomiaru czasu (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)
- Własny kubek/pojemnik do napojów na punktach odżywczych

#### UWAGA

- Każdy zawodnik musi osobiście okazać wyposażenie obowiązkowe przed wejściem do strefy startu swojego biegu.
- Brak kompletnego wyposażenie obowiązkowego uniemożliwi wejście do strefy startu.

20.08  
2022



- Nie jest możliwe wejście do strefy startu po zamknięciu linii startu (5 minut od startu).

18.3 U37 i U10:

- Numer startowy (każdy z zawodników otrzymuje w pakiecie startowym)

## 19 Wyposażenie zalecane

19.1 U100:

- Gaz pieprzowy
- Kurtka przeciwdeszczowa

19.2 U70:

- Gaz pieprzowy
- Kurtka przeciwdeszczowa
- Lampka czołówka z białym światłem

19.3 U37

- Gaz pieprzowy
- Plecak biegowy z wodą lub pas z bidonami
- Kurtka przeciwdeszczowa

## 20 Kary i dyskwalifikacje

20.1 Organizator i przedstawiciele organizatora mają prawo do ukarania zawodnika w trakcie lub po biegu za następujące przewinienia:

Support poza wyznaczonym miejscem	+ 30 minut
Skracanie lub schodzenie z wyznaczonej trasy	+ 10 minut lub w ostateczności dyskwalifikacja
Odmowa weryfikacji wyposażenia obowiązkowego w trakcie biegu lub na mecie	dyskwalifikacja
Brak kompletnego wyposażenia obowiązkowego	+ 10 minut (za każdy element)
Śmiecenie	dyskwalifikacja
Zaniechanie pomocy innym uczestnikom w razie wypadku	+ 60 minut

Zasłonięty numer startowy	+ 15 minut
Nieuprzejmość, niestosowne zachowanie wobec obsługi / innych uczestników biegu	+ 60 minut
Oszukiwanie (np. zamiana numerów startowych, korzystanie z "transportu" w trakcie biegu)	dyskwalifikacja
Niepojawienie się na punktach kontrolnych	decyduje organizator
Brak chipa pomiarowego, błędnie przymocowany chip	decyduje organizator
Niestosowanie się do zaleceń obsługi, organizatora, służb porządkowych, służb medycznych	dyskwalifikacja
Opuszczenie punktów kontrolnych po limicie czasu	dyskwalifikacja

20.2 Osoby zdyskwalifikowane muszą zapewnić sobie transport powrotny we własnym zakresie.

20.3 Inne przewinienia nie wymienione w Regulaminie pozostają do decyzji Organizatora. W przypadkach dyskwalifikacji opłata startowa nie będzie zwracana.

## 21 Postanowienia końcowe

21.1 Ze względów bezpieczeństwa organizator może zmienić lub skrócić trasę, a w przypadku ekstremalnych warunków atmosferycznych odwołać zawody.

21.2 Zawodnik startując w ULTRA Mazury wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji ULTRA Mazury oraz przetwarzania danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów.

21.3 Organizatorzy ULTRA Mazury zastrzegają sobie możliwości zmian w regulaminie, o których zobowiązani są poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy komunikatem na stronie internetowej zawodów.