



## Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Dąbrowskiego 69/1  
41-500 Chorzów  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: [klub@kandahar.pl](mailto:klub@kandahar.pl)

---

# 10 Jesienny Bieg Potrójnej

## Regulamin

### 1. Cel imprezy

Popularyzacja biegów górskich, promocja regionu turystycznego, promocja Klubu Skialpinistycznego KANDAHAR oraz narciarstwa wysokogórskiego.

### 2. Organizator

Klub Skialpinistyczny KANDAHAR  
ul. Dąbrowskiego 69/1  
41-500 Chorzów  
KRS: 0000135686, NIP: 6272453167, REGON: 277920912

### 3. Termin i miejsce

**18.11.2023** (sobota)  
Godzina **10:30**  
start: **Rzyki-Praciaki**  
meta: **Hotel \*\*\*\* & SPA Czarny Groń**

### 4. Dystans / trasa

Dystans: +/- 15 km  
Suma podbiegów: +/- 1000 m  
Suma zbiegów: +/- 1000 m  
Rodzaj biegu: anglosaski

Trasa przebiega szlakami turystycznymi oraz drogami leśnymi (częściowo utwardzonymi, nie asfaltowymi) Beskidu Małego, w rejonie Potrójnej i Jawornicy.

Plik gpx zostanie udostępniony najpóźniej w dniu poprzedzającym zawody.

Na trasie przewidziane są następujące punkty sędziowskie:

- na 2,4 km trasy (skrzyżowanie szlaków)

---

Klub Skialpinistyczny KANDAHAR  
Volkswagen Bank Polska S.A.  
Nr konta bankowego: 70 2130 0004  
2001 0344 8024 0001

NIP 6272453167  
Regon 277920912  
KRS 0000135686



## Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Dąbrowskiego 69/1  
41-500 Chorzów  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: [klub@kandahar.pl](mailto:klub@kandahar.pl)

- na 7,8 km trasy + punkt żywieniowy (okolice startu)
- Potrójna szczyt

**Organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzenia limitów czasu na punktach i na mecie, co zostanie ogłoszone najpóźniej przed startem.**

#### 4. Kategorie wiekowe, nagrody

Dekoracja miejsc I-III w klasyfikacji generalnej oraz w kategoriach. Dla zwycięzców przewidziane puchary, statuetki i dyplomy oraz nagrody rzeczowe.

##### Kategorie wiekowe:

###### Panie:

**K-18** (18-34 lat) 2005-1989

**K-35** (35-49 lat) 1988-1974

**K-50** (powyżej 50 lat) 1973 i starsze

###### Panowie:

**M-18** (18-34 lat) 2005-1989

**M-35** (35-49 lat) 1988-1974

**M-50** (powyżej 50 lat) 1973 i starsi

#### 5. Prawo startu mają wszyscy chętni powyżej 16 lat (osoby niepełnoletnie za pisemną zgodą

rodziców / opiekunów prawnych) legitymujący się dobrym stanem zdrowia, który pozwala im na bezpieczne ukończenie zawodów. Bieg górski stanowi rywalizację sportową i udział w nim może być niebezpieczny dla zdrowia lub życia zawodników, uczestnictwo w biegu wiąże się z ryzykiem sportowym. Za wszelkie wypadki i kontuzje podczas biegu nie spowodowane działaniem organizatora, organizator nie ponosi odpowiedzialności. Każdy zawodnik bierze udział w biegu na własną odpowiedzialność.

#### 6. Każdy zawodnik zobowiązany jest do podpisania:

- a) oświadczenia o uczestnictwie w biegu na własną odpowiedzialność oraz świadomości ryzyka wynikającego ze startu w zawodach,
- b) oświadczenia o zgodzie na korzystanie z jego wizerunku,
- c) oświadczenia o dobrym stanie zdrowia,
- d) oświadczeń o zgodzie na przetwarzanie danych osobowych oraz danych o stanie zdrowia,
- e) oświadczenia o zgodzie na przekazanie danych do ubezpieczyciela w celu zawarcia ubezpieczenia NNW.



## Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Dąbrowskiego 69/1  
41-500 Chorzów  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: [klub@kandahar.pl](mailto:klub@kandahar.pl)

---

Oświadczenia te są dobrowolne, jednak brak ich podpisania uniemożliwia start w biegu.

### 7. Wpisowe / Biuro zawodów / Zgłoszenia

a) Wysokość wpisowego:

- **130 zł** przy płatności online lub przelewem do dnia **30.06.2023 r.**
- **150 zł** przy płatności online lub przelewem do dnia **30.09.2023 r.**
- **180 zł** przy płatności online lub przelewem do dnia **17.11.2023 r.**
- **200 zł** w biurze zawodów w dniu **18.11.2023** - w miarę dostępności miejsc.
- **100 zł** członkowie **KS Kandahar** - **płatność do dnia 30.09.2023 r.**

b) Zwycięzcy w kategoriach open kobiet i mężczyzn wszystkich poprzednich edycji Jesiennego Biegu Potrójnej zwolnieni są z opłaty startowej.

**Limit miejsc to 270 osób** (+ 30 miejsc w puli organizatora) – decyduje kolejność wpłat wpisowego.

**Wpisowe nie podlega zwrotowi.** Istnieje możliwość przepisania pakietu startowego na inną osobę pod warunkiem zrealizowania procedury przewidzianej w punkcie b).

#### b) Przepisanie pakietu startowego – procedura:

- zawodnik rezygnujący znajduje na swoje miejsce nowego zawodnika,
- zawodnik rezygnujący informuje nas mailowo na jakiego zawodnika (imię + nazwisko) pakiet ma być przepisany,
- nowy zawodnik zgłasza się przez formularz dostępny na stronie www (chyba, że jest na liście rezerwowej),
- nowy zawodnik wpłaca na konto klubu opłatę dodatkową w wysokości 40zł,
- zawodnicy rozliczają między sobą opłatę za wpisowe,
- organizator dokonuje zmiany na liście startowej.

**Dane i szczegóły dotyczące przelewu w pkt. 11 regulaminu.**

#### c) W ramach wpisowego organizator zapewnia:

- ubezpieczenie NNW zawodników na trasie,
- napoje i punkty odżywcze na trasie i na mecie oraz gorący posiłek + napój po biegu,



## Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Dąbrowskiego 69/1  
41-500 Chorzów  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: [klub@kandahar.pl](mailto:klub@kandahar.pl)

- możliwość pozostawienia depozytu na starcie (odbiór na mecie) – **bez wartościowych rzeczy**. Organizator nie odpowiada za zniszczone lub zagubione wartościowe rzeczy pozostawione w depozycie.
- dla zwycięzców w kategoriach dyplomy i nagrody,
- zabezpieczenie trasy biegu przez ratowników GOPR,
- numery startowe i profesjonalny pomiar czasu,
- pamiątkowe gadżety z 10 JBP,
- pamiątkowy medal dla każdego startującego.

### d) Biuro zawodów

Czynne w dniu zawodów od godziny **07:30** na terenie Kompleksu **Hotel \*\*\*\* & SPA Czarny Groń**.

Zamknięcie listy startowej o godz. **09:30**

Kontakt z organizatorem: **Marcin Zwoliński**, tel.: **602 552 969**, e-mail: [klub@kandahar.pl](mailto:klub@kandahar.pl)

**Maciej Trznadel**, tel. **501 459 917**, e-mail: [ks.kandahar@gmail.com](mailto:ks.kandahar@gmail.com)

### e) Zgłoszenia

Zapisy na 10 JBP zostaną otwarte **01 maja 2023**. Pierwszych **270 zapisanych** zawodników zostaje umieszczonych na **liście startowej**, a ewentualni kolejni zapisywani będą na **liście rezerwowej**. Na wpłaty czekamy **120 godzin** od daty zapisania się danego zawodnika. Jeśli przelew nie zostanie zaksięgowany na koncie klubowym zawodnik jest automatycznie usuwany z listy startowej, a jego miejsce zajmuje pierwsza osoba z listy rezerwowej (zostanie powiadomiona o tym fakcie drogą mailową), która ma również 120 godzin na wpłatę wpisowego. Jeśli wpłata nie zostanie odnotowana sytuacja się powtarza.

Zgłoszenia poprzez formularz dostępny na stronie <https://bqtimesport.pl/zawody> do dnia **17.11.2023** lub w biurze zawodów **18.11.2023 do godz. 09:30** - w miarę dostępności miejsc (limit 270 osób).

## 8. Wyposażenie obowiązkowe

- Numer startowy umieszczony w widocznym miejscu z przodu,
- kubek/ flask/ pojemnik do spożywania napojów na punkcie odżywczym.



## Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Dąbrowskiego 69/1  
41-500 Chorzów  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: [klub@kandahar.pl](mailto:klub@kandahar.pl)

### 9. SARS-CoV-2 – bezpieczeństwo

- Zawodnicy zobowiązani są do stosowania się do aktualnych na dzień startu zaleceń, wytycznych i nakazów wydanych przez Ministerstwo Zdrowia, Ministerstwo Sportu oraz Główny Inspektorat Sanitarny odnośnie zachowania dystansu społecznego, stosowania środków ochrony indywidualnej lub uczestnictwa w zgromadzeniach, a także do stosowania się do zaleceń i poleceń Organizatora zawodów związanych z obowiązującym stanem zagrożenia epidemicznego wskazanych w tym regulaminie, mailowo lub w dniu zawodów.

### 10. Noclegi

Dla uczestników biegu możliwość rezerwacji noclegu (17/18.11.2023 oraz 18/19.11.2023) w kompleksie **Hotel \*\*\*\* & SPA Czarny Groń** w promocyjnej cenie. Chętnych prosimy o wcześniejszą rezerwację bezpośrednio w **Hotelu \*\*\*\* & SPA Czarny Groń** [repcja@czarnygron.pl](mailto:repcja@czarnygron.pl);

tel: **+48 33 506 51 00**

### **PLATNOŚĆ ZA NOCLEGI BEZPOŚREDNIO W HOTELU CZARNY GROŃ.**

### 11. Uwagi

- Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe (podstawą odwołania 10 JBP może być jedynie zakaz organizacji imprez masowych wydany przez MZ, MS, GIS).
- Zawody mogą się nie odbyć jedynie ze względu na decyzje władz zakazujące organizację imprez sportowych na danym obszarze (w takim przypadku opłata wpisowa zostanie przeniesiona lub oddana zawodnikom).
- Ze względu na przebieg trasy (w szczególności zbiegi) w trudnym, nierównym górskim terenie zaleca się (w zależności od warunków pogodowych) odpowiednie obuwie.
- Organizator nie wyraża zgody na start zawodników wraz z psami lub innymi czworonogami.
- Organizator dopuszcza użycie przez zawodników na podbiegach składanych kijków, na starcie oraz na zbiegach kijki muszą być złożone.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany przebiegu trasy, szczególnie w razie złych warunków pogodowych.



## Klub Skialpinistyczny KANDAHAR

ul. Dąbrowskiego 69/1  
41-500 Chorzów  
tel. (+32) 25 17 364, fax. (+32) 25 30 531  
<http://www.kandahar.pl>  
e-mail: [klub@kandahar.pl](mailto:klub@kandahar.pl)

- Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność - przy odbiorze numerów startowych należy podpisać oświadczenie.
- Wyniki zostaną opublikowane na stronie internetowej [www.bgtimesport.pl](http://www.bgtimesport.pl) oraz [www.kandahar.pl](http://www.kandahar.pl)
- Wyniki nieoficjalne wywieszane zostaną w dniu biegu na tablicy ogłoszeń.

### 10. Program zawodów

- 7:30 - Otwarcie biura zawodów (zgłoszenia, odbiór numerów, weryfikacja zawodników)
- 10:10 - Odprawa dla zawodników na starcie, prezentacja i opis trasy
- 10:30 - Start 10. Jesiennego Biegu Potrójnej
- 11:45 - Planowane przybycie pierwszego zawodnika na metę (**Hotel \*\*\*\* & SPA Czarny Groń**)
- 12:00-15:00 - Serwowanie posiłków regeneracyjnych dla zawodników
- 15:00 - Dekoracja zwycięzców we wszystkich kategoriach, rozdanie nagród oraz losowanie upominków wśród wszystkich zawodników

### DANE DO PRZELEWU

Przy zapisach za pośrednictwem BlueMedia lub przelewem tradycyjnym:

**Klub Skialpinistyczny KANDAHAR**  
**ul. Dąbrowskiego 69/1, 41-500 Chorzów**  
**70 2130 0004 2001 0344 8024 0001**

Tytułem "10 JBP – wpisowe: IMIĘ I NAZWISKO"