

## *Regulamin*

### **1. Organizator**

1. Szkoła Górską „Wyrypa”

### **2. Cel**

1. Szkoła Górską „Wyrypa” została stworzona przez miłośników gór, ludzi aktywnych – którzy swoją nazwą nawiązują do początków narciarstwa i taternictwa w Polsce.
2. Zawody „Sprint Karkonoski – w skialpinizmie“ - mają na celu rozpowszechnienie narciarstwa skitowego i skialpinizmu w Karkonoszach, które swoją budową i specyficznym klimatem stwarzają warunki do uprawiania tego rodzaju aktywności. Propagują zdrowy styl życia, sport. Są zawodami amatorskimi, otwartymi dla wszystkich chętnych.

### **3. Termin i miejsce zawodów**

1. Dnia 22.01.2011r. Szklarska Poręba

### **4. Formuła**

1. Bieg indywidualny na czas.

### **5. Baza zawodów:**

1. Dolna Stacja Kolei w Szklarskiej Porębie i Szalas Żywiec

### **6. Trasa zawodów**

1. Start - Dolna Stacja Kolei Linowej na Szrenicę

### **7. Program zawodów:**

22.01.2011 (sobota):

- godz. 11.30-12.00 – zgłoszenie uczestników (rozdanie numerów startowych, sprawdzenie wyposażenia)
- godz. 12.15 – odprawa (kilka słów od prowadzącego - wyjaśnienie regulaminu :)
- godz. 12.30 – start
- godz. 14.00 – meta
- godz. 15.00 – ogłoszenie wyników i rozdanie nagród

### **8. Kategorie wiekowe:**

1. W zawodach mogą brać udział osoby pełnoletnie.
2. Dwie kategorie:
  1. Kobiety
  2. Mężczyźni

### **9. Klasyfikacja**

1. O kolejności i czasie decyduje przekroczenie linii mety przez zawodnika.

### **10. Warunki uczestnictwa**

1. Oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do startu w zawodach wypełniane na starcie.
2. Oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność wypełniane na starcie.
3. Wpisowe: 10 zł za osobę. Nie ma możliwości zwrotu kwoty wpisowego w przypadku rezygnacji zawodnika, niezależnie od przyczyn rezygnacji.

### **11. Obowiązki i prawa zawodnika**

1. Każdy zawodnik w kłopotach może zrezygnować z dalszego udziału w zawodach ze swojej inicjatywy albo być zdjętym z trasy przez organizatorów.

2. Zabronione jest korzystanie z pomocy zewnętrznej podczas zawodów.
3. Zawodnik ma prawo złożyć protest do kierownika zawodów.
4. Organizator zapewnia na cały czas trwania próby pomoc medyczną w postaci specjalnej grupy ratowników.

## 12. Wymagany sprzęt

1. Narty wyposażone w metalowe krawędzie na co najmniej 90% ich długości, o szerokości co najmniej 60 mm pod butem. Narty muszą mieć co najmniej 160 cm długości dla mężczyzn i 150 cm dla kobiet. Wiązania muszą umożliwiać ruch pięty podczas podchodzenia lub zjazdu i mogą lecz nie muszą być wyposażone w paski zabezpieczające, na ryzyko zawodnika. Wiązanie musi zapewniać bezpieczne wypinanie buta. Stosowanie wiązań i butów biegowych oraz ich pochodnych jest stanowczo zabronione.
2. Buty muszą zakrywać kostkę i posiadać podeszwy typu Vibram lub podobne, przy czym podeszwa taka musi zajmować przynajmniej 75% powierzchni stopy. Buty muszą być zapinane na minimum dwie klamry.
3. Para fok. Ze względu na zasady ochrony środowiska nie wolno stosować taśm samoprzylepnych i innych środków zwiększających przyczepność lub poślizg fok.
4. Kijki.
5. Kask. Należy go obowiązkowo nosić na głowie zapięty na podbródku podczas wszystkich zadań specjalnych.
6. Apteczka (bandaże elastyczne długości minimum 1m – 2 szt., chusta trójkątna, folia NRC, bandaż dziany długości minimum 1 m – 2szt., gaza wyjałowiona, plaster, rękawiczki ratownicze, maseczka do resuscytacji)
7. ABC lawinowe (sonda, łopata, detektor)
8. Raki, czekan, dolna uprząż, karabinek zakręcany 2 szt., rep-sznur 8mm – 5m, przyrządy zaciskowe (1x piersiowy, 1x ręczny)

## 13. Informacje i zapisy

1. Rejestracja internetowa i informacje – strona Szkoły Górskiej ”Wyrypa” pod adresem <http://wyrypa.com>
2. Istnieje możliwość zgłoszenia uczestnictwa w dniu zawodów na starcie do godz. 12.00

## 14. Postanowienia końcowe

1. Przypadki nieuwzględnione w niniejszym Regulaminie będzie rozstrzygał Organizator.
2. Ostateczna interpretacja niniejszych przepisów należy do Organizatora.
3. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania lub zmiany formuły zawodów z powodów warunków atmosferycznych.

