TAURON FESTIWAL BIEGOWY











6-8 WRZEŚNIA 2019

KRYNICA-ZDRÓJ, MUSZYNA

Program sportowy 10. TAURON Festiwalu Biegowego

Piątek – 6 września 2019 r.

14:00	Bieg Małopolski – eliminacje (start Brama 2, meta Brama 1)
16:30	Bieg Małopolski – finały (start Brama 2, meta Brama 1)
18:00	Krynicka Mila (1609 m) – finały (start / meta Brama 1)
19:05	Krynicka Pętla - Bieg na 15 km* (start/ meta Brama 1)
19:10	Bieg w krawacie (start Brama 2, meta Brama 1)
22:35	Bieg Nocny 7 km o Puchar Przeglądu Sportowego** (start / meta Brama 1)

** Bieg im. Premiera Józefa Oleksego, ** Bieg im. Romana Stramki, kuriera sądeckiego*

Sobota – 7 września 2019 r.

2:00	Bieg 7 Dolin 100 km*** - MP Masters w Ultramaratonie Górskim (start / meta Brama 1)
2:00	Drużynowy Bieg 7 Dolin 100 km (start / meta Brama 1)
2:00	Bieg 7 Dolin Plus (117 km)***
4:00	Bieg 7 Dolin 80 km (50 mil)*** (start w Rytrze)
6:30	Bieg 7 Dolin 64 km*** (start w Rytrze, meta Brama 1)
8:30	Górskie Mistrzostwa Polski w Nordic Walking (start / meta Brama 1)
10:00	Lamberg Bieg Kobiet (start Brama 2 / meta Brama 1)
10:50	Życiowa Dziesiątka - MP Masters w Biegu Ulicznym 10 km (start Brama 1 / meta Muszyna)
11:30	Marsz Nordic Walking „Przegoń Zawał" (start Brama 1 / meta Brama 2)
11:30	Bieg 7 Dolin - VisegRun with Interreg PL-SK 35 km*** (start Mniszek n/Popradem, Słowacja, meta Brama 1)
13:00	Biegi dzieci (9-12 lat) (start / meta Brama 2)
14:30	Bieg Przebierańców (start / meta Brama 2)
15:30	Sztafeta Deptaka (start / meta Brama 2)
16:30	Bieg na 3 km (start / meta Brama 2)
22:05	Nocny Bieg Rodzinny na 5 km (start / meta Brama 1)

**** Bieg w ramach Ultramaratonu Wyszehradzkiego im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego, **** Bieg im. Premiera Tadeusza Mazowieckiego*

Niedziela – 8 września 2019 r.

7:05	Koral Maraton - (start / meta Brama 1)
7:05	Sztafeta Maratońska (start / meta Brama 1)
7:20	Runek Run 22 km o Puchar 1 Pułku Strzelców Podhalańskich (start / meta Brama 1)
7:40	Półmaraton (start / meta Brama 1)
8:00	Biegi Dzieci (do lat 8) (zbiórka przy fontannie, meta Brama 1)
11:00	Mistrzostwa Polski w HILL Nordic Walking (Jaworzyna Krynicka)
12:00	Bieg na Jaworzynę (start i meta Jaworzyna Krynicka)
13:00	Bieg "1 km dalej od cukrzycy" (start / meta Brama 1)
14:00	Bieg Młodzieży i Kibiców - bieg o Jabłko Łąckie (start Brama 2 / meta Brama 1)

BRUBECK IRON RUN:

Piątek – 6 września 2019 r.

17:50	Krynicka Mila (start / meta Brama 1)
19:00	Bieg na 15 km (start / meta Brama 1)
22:30	Bieg Nocny 7 km (start / meta Brama 1)

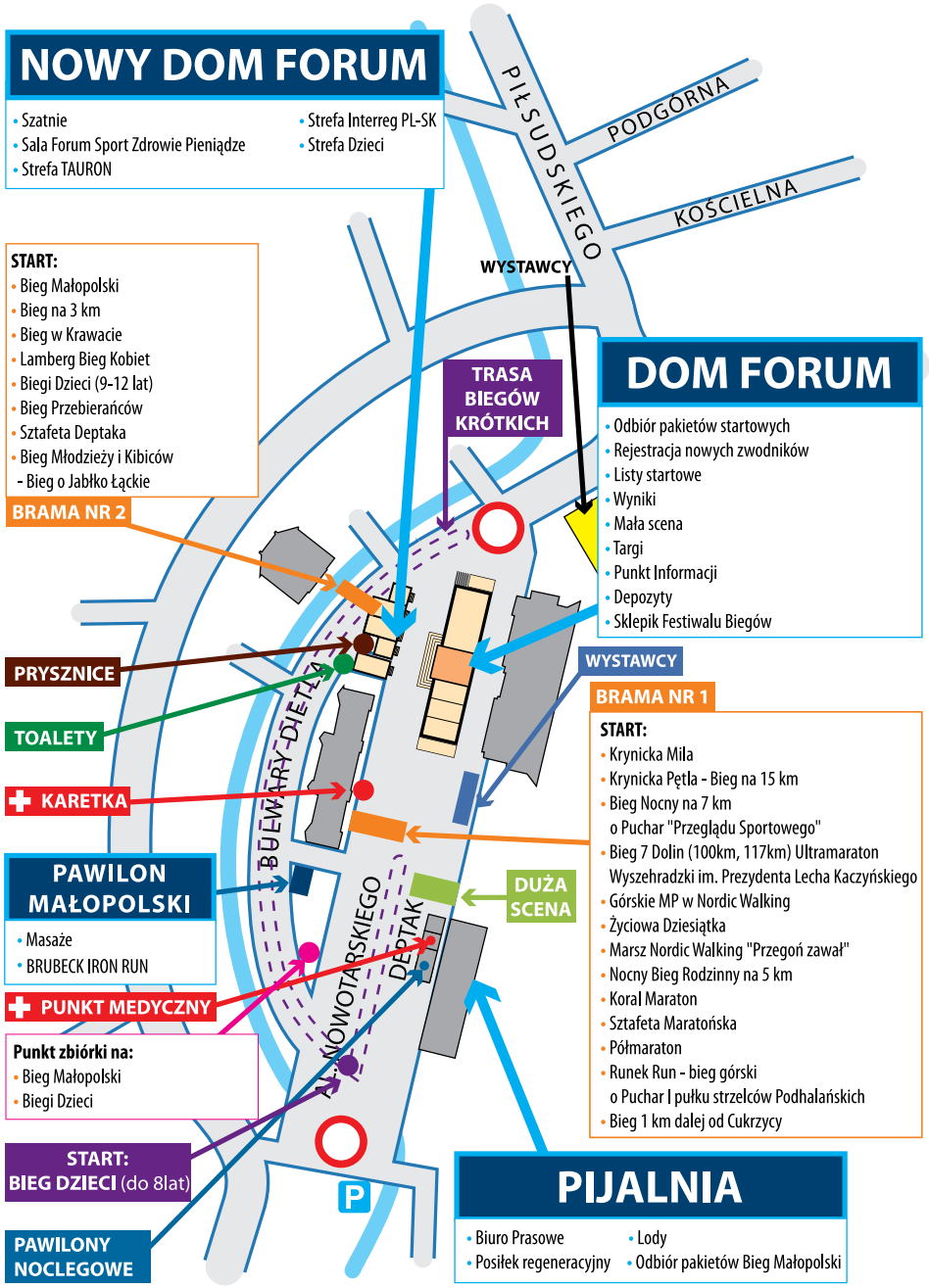
Sobota – 7 września 2019 r.

4:00	Ultramaraton 80 km (start w Rytrze, meta Brama 1)
19:00	Bieg na 3 km (start / meta Brama 2)
22:00	Nocny Bieg 5 km (start / meta Brama 1)

Niedziela – 8 września 2019 r.

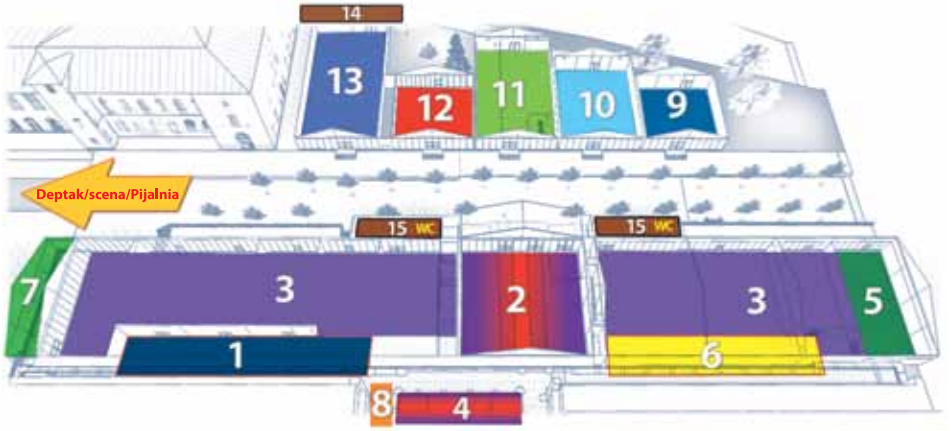
7:00	Koral Maraton (start / meta Brama 1)
13:30	Bieg na Jaworzynę (start i meta Jaworzyna Krynicka)
15:00	Bieg na 1 km (start / meta Brama 1)

Brama 1 - na deptaku krynickim, naprzeciwko Starego Domu Zdrojowego, Brama 2 - na Bulwarach Dietla, naprzeciwko pensjonatu Małopolanka
Rytro - zielony parking przy hotelu Perła Południa, Piwniczna-Zdrój - pole namiotowe przy przystanku PKP i moście na rzece Poprad
Mniszek nad Popradem - teren dawnego przejścia granicznego Mniszek-Piwniczna
Biuro Zawodów: Dom Forum (al. Nowotarskiego, deptak) w godz.: Piątek 6 września: 14.00 – 22.00, Sobota 7 września: 7:00 – 21:30, Niedziela 8 września: 7:00 – 14:30
Zawodnicy mogą zgłosić się do dowolnego biegu 10. TAURON Festiwalu Biegowego w Biurze Zawodów w Krynicy do 30 minut przed jego rozpoczęciem. Wyjątki: Biegi 7 Dolin na dystansach: 117 km, 100 km, 80 km, 64 km oraz Koral Maraton, Sztafeta Maratońska i Runek Run - z uwagi na wczesną porę startu, wymagane jest zgłoszenie w Biurze Zawodów najpóźniej w dniu poprzedzającym.
Transport na start konkurencji rozpoczynających się poza Krynicą płatny.



Dom Forum

1 Odbiór pakietów startowych
2 Informacja
3 Targi
4 Mała scena
5 Depozyty
6 Biuro rejestracji
7 Media
8 Odbiór Pakiet Premium / Koszulki Finishera



Nowy Dom Forum

9 Szatnie
10 Forum Sport Zdrowie Pieniądze
11 Strefa Dzieci
12 Strefa TAURON
13 Strefa Interreg PL-SK
14 Toalety / Prysznice
15 Toalety

Pijalnia

- Posiłek Regeneracyjny
- Targi - Rękodzieło
- Biuro prasowe
- Kawiarnia
- Odbiór pakietów - Bieg Małopolski
- Musical „Złoto Krynicy"

SPIS TREŚCI:

PROGRAMY IMPREZY, MIASTECZKO FESTIWALOWE, UCZESTNICY

2. Program sportowy
3. Program Forum Sport Zdrowie Pieniądze
4-5. Program sceniczny i dekoracje zawodników
6-7. Program Strefy Dzieci
8-9. EXPO Festiwalu Biegowego
11-18. Podstawowe informacje dla uczestników

BIEGI GÓRSKIE i ULTRA - omówienie konkurencji
(mapa w pakiecie startowym)

19. Bieg 7 Dolin PLUS 117 km*
20-21. Bieg 7 Dolin 100 km*
22-23. Drużynowy Bieg 7 Dolin 100 km*
24. Bieg 7 Dolin 80 km (50 mil)*
25-26. Bieg 7 Dolin 64 km*
27-28. Bieg 7 Dolin - VisegRun with Interreg PL-SK 25 km*
29. Runek Run - bieg górski o Puchar 1 Pułku Strzelców Podhalańskich
30. Bieg na Jaworzynę

**w ramach Ultramaratonu Wyszehradzkiego im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego*

BIEGI ULICZNE - omówienie konkurencji

31. Koral Maraton
32. Sztafeta maratońska
33. Półmaraton
34-36. Życiowa Dziesiątka im. Tadeusza Mazowieckiego
37. Krynicka Pętla - bieg na 15 km im. Premiera Józefa Oleksego
37. Bieg Nocny 7 km o Puchar „Przeglądu Sportowego" im. Kuriera Sądeckiego Romana Stramki
38. Rodzinny Bieg Nocny 5 km

BIEGI DETPAKA - omówienie konkurencji

39. Bieg na 3 km
39. Krynicka Mila 1609m
40. Bieg „1 km dalej od cukrzycy"
40. Bieg w krawacie
41. Lamberg Bieg Kobiet
42. Bieg Przebierańców
43. Sztafeta Deptaka 4x1200m
43. Bieg Młodzieży i Kibiców - Bieg o Jabłko Łąckie

NORDIC WALKING - omówienie konkurencji

44. Górskie MIstrzostwa Polski w Nordic Walking
44. Marsz Nordic Walking „Przegoń Zawał" 2 km
45. Mistrzostwa Polski w HILL Nordic Walking 2,6 km

BIEGI DZIECI - omówienie konkurencji

46. Biegi dzieci do lat 8
46. Biegi dzieci 9-12 lat
47. Bieg Małopolski

48-49. BRUBECK IRON RUN

50. Krynica - najbardziej rozbieganie uzdrowisko w Polsce!
51. Muszyna - po zdrowie, urodę i zabawę!
52-53. Partnerzy 10. TAURON Festiwalu Biegowego
53. Polecane hotele

PROGRAM SCENICZNY:

Piątek, 6 września

12.00-13.30	Pijalnia Główna: Animacje dla dzieci oraz spotkanie z Zygmuntem Berdychowskim pn.„Festiwal biegów na dachu świata"
14.15	Fruciaki – zespół taneczny z Krynicy – Zdroju
15.15	Grupa taneczna działająca przy świetlicy profilaktyczno -wychowawczej. Szkoła Podstawowa nr 1 w Piwnicznej - Zdroju
15.25	Grupa taneczna z klasy II a – Szkoła Podstawowa nr 1 w Piwnicznej – Zdroju
15.35	Grupa taneczna z klasy II b – Szkoła Podstawowa nr 1 w Piwnicznej – Zdroju
15.45	Grupa taneczna z klasy III a – Szkoła Podstawowa nr 1 w Piwnicznej – Zdroju
15.55	Grupa taneczna z klasy III b – Szkoła Podstawowa nr 1 w Piwnicznej – Zdroju
16.10	**KONCERT: Orkiestra Reprezentacyjna Sił Zbrojnych Ukrainy**
17.30	**Ceremonia na Dużej Scenie: Bieg Małopolski**
19.15	**Koncert Kruca Banda**
20.15	**Ceremonia na Dużej Scenie: Bieg w Krawacie, Krynicka Pętla Bieg 15km, Krynicka Mila**
21.00	**KONCERT: Kordian**

Sobota, 7 września

09.45	Rozgrzewka Tenban przed Lamberg bieg kobiet
10.15	**Ceremonia na Dużej Scenie: Górskie Mistrzostwa Polski w NW (Góra Parkowa) klasyfikacja generalna**
10.30	**Ceremonia na Małej Scenie: Górskie Mistrzostwa Polski w NW (Góra Parkowa) klasyfikacja wiekowa, Bieg nocny 7 km**
10.35	Rozgrzewka Tenban przed bieg Życiowa dziesiątka
10:55	Jakub Szwala Sądeckie młode talenty
11.15	Rozgrzewka Tenban przed Marsz Nordic Walking Przegoń Zawał
11.30	Pokaz wyszkolenia i współpracy psów ratowniczych prowadzony przez ratowników Ochotniczej Straży Pożarnej - Grupa Ratownictwa Specjalnego z Nowego Sącza
11.50	Fundacja GOPR
12.15	Maja Matusiak Sądeckie Młode Talenty
12:45	Rozgrzewka Tenban przed biegi dzieci
13.00	Dominika Stabrawa Sądeckie młode talenty
13.20	Kamil Stabrawa Sądeckie młode talenty
13.30	Pokaz wyszkolenia i współpracy psów ratowniczych prowadzony przez ratowników Ochotniczej Straży Pożarnej - Grupa Ratownictwa Specjalnego z Nowego Sącza
14.00	**Ceremonia na Małej Scenie: Biegi Dzieci (9-12 lat)**
14.00	**Pijalnia Główna: Musical 'Złoto Krynicy'**
14.45	**Ceremonia na Dużej Scenie: Lamberg Bieg Kobiet, Życiowa Dziesiątka (klasyfikacja generalna+rekord trasy), Życiowa Dziesiątka Najlepszy Polak i Polka, Życiowa dziesiątka Najlepsza Sądeczanka, Sądeczanin, Bieg Przebierańców**
15.10	Jagoda Barciszewska

PROGRAM SCENICZNY:

15.40	Fundacja GOPR
16.00	**Ceremonia na Małej Scenie: Życiowa Dziesiątka (klasyfikacje wiekowe), Mistrzostwa Polski Masters w Biegu Ulicznym na 10 km**
16.15	Rozgrzewka Tenban przed bieg na 3 km
16.35	**KONCERT: Zespół regionalny Janczowioki**
18.00	**Ceremonia na Dużej Scenie: Bieg 7 Dolin 100 km drużynowa, Bieg 7 Dolin 100 km klasyfikacja generalna, rekord trasy, Bieg 7D 100 km Najlepszy Polak i Polka, Bieg 7 Dolin 64 km klasyfikacja generalna, Bieg 7 Dolin- VisegRun 35 km (klasyfikacja generalna), Bieg 7 Dolin 117 km, Bieg 7 Dolin 50 mil 80 km**
19.05	Lachoskie godanie - Tadeusz Wielgus
19.45	**KABARET: CZOŁÓWKA PIEKŁA**
20.15	**Ceremonia na Małej Scenie: Sztafeta Deptaka, Bieg na 3 km**
20.30	**Ceremonia na Dużej Scenie: wręczenie medali dla uczestników wszystkich 10-ciu Festiwali Biegowych oraz TORT z okazji 10-lecia**
21.00	**KONCERT: ethno-elektro Mateusz Górny - GOORAL**

Niedziela, 8 września

10.00	**Ceremonia na Małej Scenie: Bieg 7 Dolin 100 km (kategorie wiekowe), Mistrzostwa Polski Masters w Ultramaratonie Górskim (7D 100km), Bieg 7 Dolin 64 km (klasyfikacja wiekowa), Bieg 7 Dolin VisegRun 35 km (kategorie wiekowe), Nocny Bieg 5 km, Biegi dzieci (do 8 lat)**
10.20	Kinga Leczycka Sądeckie Młode Talenty
10.40	Formacja Taneczna Funky Dolls MOSiR Krynica Zdrój
11.20	**KONCERT: Górale Łączcy**
12.00	**Ceremonia na Dużej Scenie: Runek Run 22 km (klasyfikacja generalna), Półmaraton (klasyfikacja generalna)**
12.20	Julia Walczyna – finalistka (II miejsce) tegorocznego Festiwalu Zaczarowanej Piosenki organizowanego przez Fundację „Mimo wszystko" Anny Dymnej
12.30	**Ceremonia na Małej Scenie: Runek Run 22 km (klasyfikacje wiekowe), Półmaraton (klasyfikacje wiekowe)**
12.40	Towarzystwo Pomocy Dzieciom i Młodzieży z Cukrzycą Gliwice
13.30	**Ceremonia na Malej Scenie: Koral Maraton (klasyfikacje wiekowe), Mistrzostwa Polski w Hill Nordic Walking (Jaworzyna Krynicka)**
14.30	**KONCERT: KRAKÓW STREET BAND**
14.45	**Ceremonie na Małej Scenie: Bieg na Jaworzynie, Bieg na 1 km, Bieg Młodzieży i Kibiców-Bieg o Jabłko Łąckie, Liga Festiwalu Biegów**
15.30	**Ceremonia na Dużej Scenie: Koral Maraton (klasyfikacja generalna), Sztafeta maratońska (klasyfikacja drużynowa), Brubeck Iron Run**
	LOSOWANIE SAMOCHODU

PROGRAM STREFY DZIECI:

STREFA GIER PLANSZOWYCH - konkursy i quizy z nagrodami oraz gry: wyd. Rebel, wyd. Alexander, wyd. Bard, wyd. Nasza Księgarnia, wyd. Piatnik oraz zagadki Czuczu i XPloreTeam.

KĄCIK CZYTELNICZY - mała czytelnia Festiwalu Biegowego z publikacjami wyd. Zakamarki, wyd. Zielona Sowa, wyd. Papilon i Centrum Edukacji Dziecięcej, a także premierowo wyd. RM i wyd. Olesiejuk.

STREFA MALOWANIA - miejsce konkursów rysunkowych z nagrodami ufundowanymi przez Fiorello oraz zabaw z gazetkami wyd. Aksjomat. Dla starszych dzieci edukacyjne czasopisma wyd. Cogito.

STREFA KREATYWNOŚCI FIORELLO – zabawy z masą Ciasto-Plasto i tworzenie własnych magnesów na lodówkę, malowanie miękkimi kredkami w sztyfcie Colorix. Dla młodszych dzieci naklejki, stempelki, piasek kinetyczny oraz kredki.

Kącik malowania buzi z kredkami Carioca, nasze wolontariuszki pomogą przygotować się do Biegu Przebierańców.

KORALOWA STREFA DZIECKA z lodami Koral, quizami i zagadkami z „Koralowymi gadżetami".

Strefa 10 lat Festiwalu Biegowego – będziemy tworzyć urodzinową girlandę, pamiątki festiwalowe z Rysiem Berdysiem, rozbiegane balonowe zwierzątka, a także ćwiczyć celność.

Strefa TUBAN duże bańki radości - to zabawy z bańkami mydlanymi.

Strefa Sypanki.pl – magiczne obrazki z kolorowych piasków.

Piątek, 6 września, godz. 12.00 - 18.00

12.00 – 14.00	Strefa Dzieci zaprasza uczestników „Biegów Małopolski" - PIJALNIA GŁÓWNA
16.00	Otwarcie Strefy Dzieci dla wszystkich uczestników 10. TAURON Festiwalu Biegowego
16.00 – 16.30	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Alexander „SPORT&FUN X-Game" (nagrody: gry wyd. Alexander "Rach Ciach") FB10*
16.30 – 17.00	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Piatnik „Cubingos" (nagrody: gry wyd. Piatnik „Cubingos", „Makao Mio") FB10*
16.00 – 17.00	TUBAN - duże bańki radości - Strefa Dzieci, tworzenie baniek FB10*
16.00 – 17.30	Świętuj z Nami 10-lecie Festiwalu Biegowego - stwórz Eko-pamiątkę z Krynicy FB10*
16.00 – 17.30	Kącik malowania buzi
16.00 – 19.00	Koralowa Strefa Dziecka, to lody, quizy i konkursy w których będzie można wygrać niepowtarzalne koralowe upominki FB10*
17.00 – 17.30	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Rebel „Miszmasz" (nagrody: gra karciana wyd. Rebel „Miszmasz") FB10*
17.00 – 18.00	Kącik czytelniczy, poczytaj z Nami FB10*
17.00 – 18.00	Strefa malowania, konkurs na urodzinową girlandę „Kolorowy Ryś Berdyś i Rozbiegane Fiorelki", rozstrzygnięcie konkursu godz. 18.00 FB10*

Sobota, 7 września, godz. 9.00 - 18.00

9.00 – 15.00	Strefa malowania, konkurs na urodzinową girlandę „Kolorowy Ryś Berdyś , Rozbiegane Fiorelki", rozstrzygnięcie konkursu godz. 15.00 FB10*
9.00 – 18.00	Koralowa Strefa Dziecka, to lody, quizy i konkursy z koralowymi upominkami FB10*
9.30 – 10.00	Strefa gier planszowych, quiz z zagadkami Czuczu wyd. Bright Junior Media (nagrody: zagadki Czuczu) FB10*
9.30 – 11.00	Kącik malowania buzi
10.00 – 17.00	Strefa Kreatywności Fiorello - zaprasza do twórczej zabawy FB10*
10.30 – 11.00	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Piatnik „Cubingos" (nagrody: gry wyd. Piatnik „Cubingos", „Makao Mio") FB10*
10.30 – 15.00	Świętuj z Nami 10-lecie Festiwalu Biegowego - strefa Eko - pamiątek festiwalowych FB10*
11.30 – 12.00	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Alexander „Rach Ciach" (nagrody: gry wyd. Alexander „Rach Ciach", „Gorący Ziemniak") FB10*
11.00 – 11.30	Kącik czytelniczy, zaprasza „Lubię czytać" FB10*
12.00 – 12.30	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Rebel „Kotostrofa" (nagrody: gra karciana wyd. Rebel „Kotostrofa") FB10*
12.30 – 13.00	TUBAN - duże bańki radości -zapraszamy do wspólnej rozgrzewki przed biegami z bańkami (lokalizaca fontanna) FB10*
13.00	Bieg dzieci 9-12 lat – Deptak FB10*
14.00 – 15.00	Strefa gier planszowych, turnieje z grami wyd. Alexander „SPORT&FUN UNI", „Gorący Ziemniak" (nagrody: gry wyd. Alexander „Gorący Ziemniak") FB10*
14.00 – 14.30	Kącik malowania buzi

PROGRAM STREFY DZIECI:

14.30	Bieg Przebierańców - Deptak (brama 2 na Bulwarach Dietla)
15.30 – 16.00	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Piatnik „Makao Mio" (nagrody: gra karciana wyd. Piatnik „Makao Mio") FB10*
16.00 – 16.30	Strefa gier planszowych, quiz z zagadkami Xplore Team dla dzieci 8-9 lat, wyd. Bright Junior Media (nagrody: zagadki Xplore Team) FB10*
16.00 – 18.00	Strefa malowania, konkurs na urodzinową girlandę „Rozbiegany Królik UNO NATURA" (każdy uczestnik otrzymuje chrupki UNO NATURA), rozstrzygnięcie godz. 18 FB10*
15.30 – 16.30	TUBAN - duże bańki radości - Strefa Dzieci, tworzenie baniek FB10*
16.30 – 17.00	Rozdawanie nagród w zabawie „Świętuj z Nami 10-lecie Festiwalu Biegowego" FB10*
17.30 – 18.00	Kącik czytelniczy, zaprasza „Czytanie na życzenie" FB10*

Niedziela, 8 września, godz. 9.00 – 15.00

7.45	TUBAN - duże bańki radości - zapraszamy do wspólnej rozgrzewki przed biegami z bańkami (lokalizacja fontanna)
8.00	Biegi dzieci do 8 lat – Deptak FB10* (zbiórka fontanna)
9.00 – 12.00	Strefa malowania, konkurs na urodzinową girlandę „Kolorowy Ryś Berdyś", "Rozbiegane Fiorelki", rozstrzygnięcie konkursu godz. 12.00 FB10*
9.00 – 10.30	Kącik malowania buzi
10.00 – 12.00	Świętuj z Nami 10-lecie Festiwalu Biegowego - strefa Eko - pamiątek festiwalowych FB10*
9.00 – 14.00	Koralowa Strefa Dziecka, to lody, quizy i konkursy z niepowtarzalnymi koralowymi upominkami FB10*
10.00 – 10.30	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Piatnik „Cubingos" (nagrody; gra karciana wyd. Piatnik „Cubingos") FB10*
10.00 – 14.00	Strefa Kreatywności Fiorello - twórcze zabawy FB10*
11.00 – 11.30	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Rebel „Kotostrofa" (nagrody: gra karciana wyd. Rebel „Kotostrofa") FB10*
11.00 – 11.30	Kącik czytelniczy, "Lubię czytać". Na najodważniejszych, którzy zdecydują się poczytać swoim kolegom i koleżankom czekają książeczki FB10*
11.30 – 12.00	TUBAN - duże bańki radości - Strefa Dzieci, tworzenie baniek FB10*
12.00 – 12.30	Strefa gier planszowych, turniej z grą wyd. Alexander „SPORT&FUN Strzał w 10" (nagrody: gry wyd. Alexander "Rach Ciach", "Gorący Ziemniak") FB10*
13.00	Rozdawanie nagród w zabawie „Świętuj z Nami 10-lecie Festiwalu Biegowego" FB10*
14.30 – 14.30	Strefa gier planszowych, quiz z zagadkami Czuczu wyd. Bright Junior Media (nagrody: quizy zagaduj Czuczu)

Zabawa „Świętuj z Nami 10-lecie Festiwalu Biegowego" przeznaczony jest dla wszystkich małych uczestników TAURON Festiwalu Biegowego. Zadaniem dzieci jest zebranie co najmniej 8 punktów aktywności, poprzez udział w konkursach, turniejach, quizach i zabawach z oznaczeniem FB10. Punkty w postaci znaczków, trzeba będzie zbierać na specjalnej karcie zabawy. Zapełnioną kartę trzeba wymienić w punkcie INFO na numerek. Do wygrania są m.in: gry wyd. Alexander, zagadki, malowanki i puzzle wyd. Czuczu oraz quizy edukacyjne Xplore Team, malowanki, gazetki wyd. Aksjomat, płyty z bajkami płyty z bajkami Bajkowa TV, kredki, flamastry i długopisy Fiorello, książki, gazetki Aksjomat, vouchery do Krynickiegom Parku Linowego, gadżety Festiwalu Biegowego.

PARTNERZY MEDIALNI

PARTNERZY STREFY DZIECI

POLECANI WYSTAWCY:

Diadora

Diadora narodziła się w 1948 roku we Włoszech. Myślenie o produkcie w wydaniu DIADORY to koncentracja idei, pasji i wizji. Oferta marki dzieli się na 3 kolekcje. ACTIVE to wyraz sportowej tożsamości marki. SPORTSWEAR – linia dedykowana młodym pasjonatom miejskim, którzy nie boją się siebie. HERITAGE – charakteryzuje się zarówno znakomitym kunsztem jak i nowoczesnym stylem. Już od wiosny 2020 markę w Polsce reprezentować będzie nowy dystrybutor - firma MM Sport. Szeroka oferta produktów znajdzie się m.in. na stronie MMSPORT.pl

Hoka One One

Obecny na rynku od 2009 roku producent specjalistycznych butów biegowych, zarazem jedna z najszybciej rosnących sprzedażowo marek wśród biegaczy ultra. Jej znakiem rozpoznawczym jest gruba, piankowa podeszwa, przekładająca się na maksymalny stopień amortyzacji. Do innych, typowych cech należą łódkowaty kształt, niskie osadzenie stopy w ramie buta, minimalna waga oraz bogata kolorystyka. Kluczowe modele - trailowy Speedgoat 3, miejski Clifton 6 oraz łączący cechy obu z nich Challenger ATR 5.

Ledlenser

Ledhq.pl jest autoryzowanym sklepem marki latarek Ledlenser. Posiadamy status eksperta w kategorii Running w Polsce, dzięki naszemu wieloletniemu doświadczeniu w branży outdoorowej. Nasz salon firmowy mieści się w Krośnie, natomiast prowadzimy ogólnopolską sprzedaż za pośrednictwem sklepu internetowego www.ledhq.pl oraz Strefy Marek Allegro.

Salming

Jesteśmy sportową marką, która szuka nowych dróg wymaganych oraz pożądanych przez sportowców. Stare prawdy często muszą być rewidowane, a my nie obawiamy się ich łamać gdy to konieczne. Dobre zawsze może być lepsze. Zawsze możesz trenować trochę ciężej, ale czasami jednak potrzebujesz lepszego sprzętu, my dążymy do jego rozwoju. Grasz z nami, podejmiesz wyzwanie? Ty skupiasz się na grze, my skupiamy się na szczegółach. To jest zwycięska kombinacja, która daje sukces, od kiedy po raz pierwszy weszliśmy do gry.

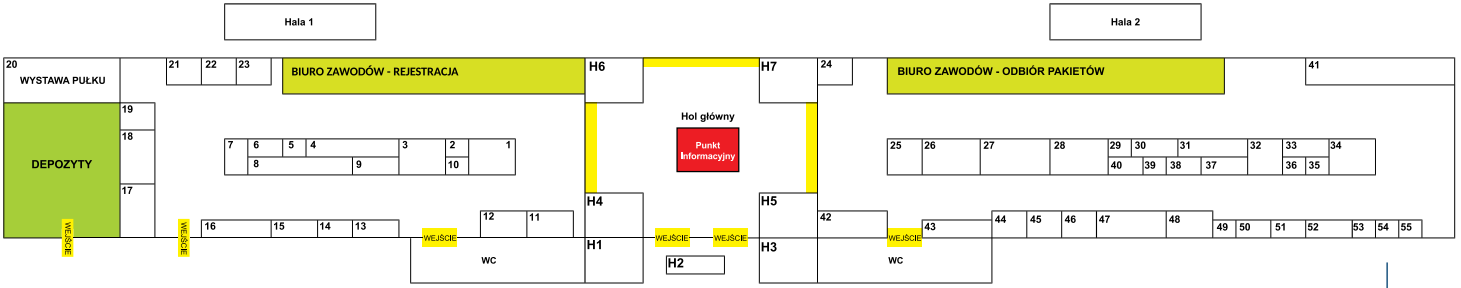
Stimium

Sport to skuteczny sposób na utrzymanie i poprawę kondycji fizycznej. Jednakże aktywność może również zaburzyć równowagę fizjologiczną i spowodować spadek formy fizycznej. Nowa linia Stimium została zaprojektowana specjalnie tak, aby chronić sportowców i pomagać im w regeneracji organizmu. Stimium zostało skomponowane z najwyższej jakości składników, takich jak witaminy, jabłczan cytruliny, czy ekstrakty roślinne, które pomogą w osiąganiu celów.

Power Canvas

Power Canvas to polska firma zajmująca się produkcją wysokiej jakości ubrań sportowych szyjąca profesjonalne, w pełni spersonalizowane stroje do biegania, do piłki nożnej i innych sportów. Ponadto projektuje własne kolekcje ubrań sportowych, które wyróżniają się niezwykle barwną kolorystyką. Power Canvas jest Głównym Partnerem Technicznym Festiwalu Biegowego. Z tej okazji powstały dwie wyjątkowe kolekcje: Kocham Biegać w Polsce oraz Kocham Biegać na Festiwalu Biegowym, które nawiązują do pięknych miejsc w Polsce, gdzie biegacze pokonują tysiące kilometrów i wylewają hektolitry potu.

MAPA WYSTAWCÓW:



LEGENDA HALA 1

1. Sklepik Festiwalu Biegów
2. MOUNTAINFUEL
3. #POLSKAŚWINIA
4. SPEEDJOGG MARATON PAPU
5. KINGRUNNER
6. FITCAST Sp. z o.o. - COMPEX i POWER BREATHE
7. Stimium
8. EUROBUT + ROYALBAY
9. ENERVIT X-BIONIC ON
10. Z.Z.„KAWON-HURT" Gostyń
11. WWW.ALPINASPORTOWA.PL
12. Ledlenser
13. Bieg Rzeźnika
14. 4points
15. JUJU
16. Sport Outlet Marek Bieniak
17. Interreg PL-SK
18. Małopolska
19. TAURON
20. Wystawa 1 Pułku Strzelców Podhalańskich
21. Gorce Ultra-Trail®
22. Ultra Janosik
23. Razem Ścigamy się z cukrzycą

LEGENDA HOL

H1 Fitness Authority®
H2 Zdrowy Projekt
H3 Fitness Authority®
H4 AdRunaLine
H5 DIADORA
H6 SPEEDJOGG MARATON PAPU
H7 SAXX

LEGENDA HALA 2

24. Magical Shoes
25. Siła Ogra / BUFF
26. Nessi Sporstwear
27. Salomon Suunto
28. COMPRESSPORT
29. Aplimedica s.c. - Aplikatory Lyapko
30. HiGeen.pl
31. PowerBar, ALE, SiS, AGISKO, SPRING
32. MEDICAL SPORT
33. Mulebar
34. ODLO, CAMELBAK, UVEX
35. Etapowa Triada
36. Krakowski Klub Biegacza „DYSTANS"
37. Salming
38. RBACTIVE - DLA AKTYWNYCH KOBIET
39. Centrum Medyczne Jacek Ślipek
40. ALTRA
41. Power Canvas
42. nastopy.pl
43. Sportimpex
44. inov-8
45. Brubeck
46. Maloka
47. Garmin
48. Gmina Krynica-Zdrój
49. Himal Sport
50. Wieszaki Na Medale.pl
51. 2TheTop
52. TOPO Athletic
53. Rękodzieło Szydełkowe
54. H2 Europe
55. Uzdrowisko Krynica-Żegiestów S.A.

PROGRAM FORUM SPORT ZDROWIE PIENIĄDZE:

Piątek, 6 września	
15:00 – 16:00	Magdalena Gorzkowska: „Szczyt Twoich możliwości" - z bieżni w najwyższe góry świata
16:15 – 17:15	Piotr Łobodziński: „Czy towerrunning ma szanse stać się sportem powszechnym?"
17:30 – 18:30	BUFF Team Polska – nowa strategia rozwoju grupy biegowej
18:45 – 19:30	Zuzanna Wałach-Bińta: „Głowa ultrasa" – oczami psychologa i biegaczki
19:45 – 20:30	Iwona Niedźwiedź: „Sportowe życie po życiu" - z boiska przed kamerę
20:45 – 21:30	Bartosz Florczak: „Dlaczego mnie odcina?" Wpływ wysokości na pracę organizmu biegacza
Sobota, 7 września	
12:00 – 12:30	„Białko zwierzęce w kontekście zdrowej diety." Projekt #POLSKAŚWINIA
12:45 – 13:45	Grzegorz Sudoł: „Dlaczego sportowcy-amatorzy sięgają po doping?"
14:00 – 15:00	Prof. Grzegorz W. Kołodko: „Biegający świat"
15:15 – 16:15	Dariusz Kaczmarski: „Dlaczego nikt w Polsce nie biega szybko 5 i 10 km?"
16:30 – 17:30	Wanda Panfil: Polski maraton oczami jednej z najlepszych biegaczek w historii
17:45 – 18:45	Joanna Jóźwik: Trudny powrót po kontuzji? Czy da się ścigać z „męskimi" biegaczkami?
19:00 – 20:15	Roman Ficek: Biegiem po Łuku Karpat (prezentacja filmu Montis Studio)
20:30 – 21:45	Łukasz Sagan: Himalajska wysokość i ultra – mieszanka piorunująca dla Europejczyka (pokaz fotografii Michała ZŁOTOWSKIEGO)
Niedziela, 8 września	
10:00 – 11:00	Aktywny wypoczynek na polsko-słowackim pograniczu – INTERREG POLSKA-SŁOWACJA
11:15 – 12:00	Bartosz Florczak: Ładowanie węglowodanów: hit czy mit? Jak to zrobić dobrze?
12:15 – 13:15	Bartłomiej Przedwojewski i Andrzej Orłowski: Przebojem do światowej czołówki. Jak trenuje chłopak, który chce ścigać się ze słynnym Kilianem Jornetem
13:30 – 14:30	SALOMON SUUNTO TEAM – oficjalna prezentacja nowych członków zespołu

PODSTAWOWE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

BIURO ZAWODÓW

(odbiór pakietów startowych, nowe rejestracje, niedopłaty, wyniki, reklamacje / protesty):

Lokalizacja: Dom Forum, deptak, Al. Nowotarskiego.

Godziny otwarcia:

- Piątek 6 września: 14:00 - 22:00
- Sobota 7 września: 7:00 - 21:30
- Niedziela 8 września: 7:00 - 14:30

Zawodnicy mogą zgłosić się do dowolnej konkurencji 10. TAURON Festiwalu Biegowego w Biurze Zawodów w Krynicy do 30 minut przed jego rozpoczęciem (wyjątki Bieg 7 Dolin 100 km, Drużynowy Bieg 7 Dolin 100 km, Bieg 7 Dolin 80 km, Bieg 7 Dolin 64 km, Koral Maraton, Sztafeta maratońska, Runek Run – wymagane zgłoszenie najpóźniej w dniu poprzedzającym start, tj. 6 września).

Zawodnicy, którzy posiadają już numer startowy 10. TAURON Festiwalu Biegowego, a chcą pobiec w dodatkowych konkurencjach, zgłaszają się do biura zawodów z dowodem tożsamości oraz numerem startowym i wnoszą opłatę startową za dodatkowy bieg, zgodnie z cennikiem.

Opłaty startowe / opłata rejestracyjna:
Możliwość wniesienia w Biurze Zawodów. Zawodnicy, którzy opłacili start w dniach 1 - 7 września 2019 r. muszą dostarczyć do Biura Zawodów potwierdzenie wpłaty (np. wydruk z systemu transakcyjnego banku).

STARTY A KARNET

Posiadacze karnetów 10. TAURON Festiwalu Biegowego mogą bezpłatnie dodawać kolejne starty do swojego profilu uczestnika – także w czasie trwania imprezy. Aby to zrobić, należy odwiedzić Biuro Zawodów i na stoisku rejestracji uczestników poprosić o zaznaczenie dodatkowej konkurencji (dostępnych w ramach zakupionego rodzaju karnetu).

ZMIANA KONKURENCJI

Możliwa w Biurze Zawodów za opłatą manipulacyjną 20 zł (wydanie nowego chipa i numeru startowego). Przy zmianie dystansu zawodnik musi także uzupełnić opłatę startową do aktualnie obowiązującej stawki (również przy zmianie z dłuższego dystansu na krótszy).

PUNKT INFORMACYJNY

Zlokalizowany w holu Domu Forum (Biuro Zawodów).

LOKALIZACJA PUNKTÓW STARTU / METY

- Brama 1 - na deptaku krynickim, przy Starym Domu Zdrojowym
- Brama 2 - na Bulwarach Dietla, naprzeciwko pensjonatu Małopolanka
- Brama 3 - u zbiegu Al. Nowotarskiego i Bulwarów Dietla
- Rytro - zielony parking przy hotelu Perła Południa***
- Piwniczna-Zdrój - pole namiotowe przy przystanku PKP i moście na rzece Poprad
- Mniszek nad Popradem - teren dawnego przejścia granicznego Mniszek-Piwniczna

PODSTAWOWE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

■ PAKIET STARTOWY

Każdy uczestnik 10. TAURON Festiwalu Biegowego otrzymuje jeden pakiet startowy, bez względu na liczbę wybranych konkurencji oraz sposób rejestracji (online lub na miejscu, w biurze zawodów).

Zawartość pakietów:

Bieg 7 Dolin (wszystkie dystanse):

Informator 10. TAURON Festiwalu Biegowego, mapa trasy, numer startowy i agrafki, chip do pomiaru czasu, worki depozytowe, worki na przepaki (nie dotyczy B7D 35 km) oraz naklejki na worki, opaska na rękę (uprawniająca do odbioru posiłku regeneracyjnego, odebrania lodów KORAL, koszulki finiszera a także transportu na start - dotyczy tylko B7D 80 / 64 / 35 km – tylko opłacone przejazdy), koszulka TAURON, woda Muszynianka, piwo izotoniczne BIRELL, baton Bakalland, torba bawełniana, materiały promocyjne partnerów Fundacji „Festiwal Biegów".

Brubeck Iron Run:

Informator 10. TAURON Festiwalu Biegowego, mapa trasy ultramaratonu 80 km, numer startowy i agrafki, chip do pomiaru czasu, worek depozytowy z naklejką, worki na przepaki wraz z naklejkami, opaska na rękę (uprawniająca do odbioru posiłku regeneracyjnego, odebrania lodów KORAL, koszulki finiszera a także transportu na start), koszulka TAURON, woda Muszynianka, piwo izotoniczne BIRELL, baton Bakalland, torba bawełniana, materiały promocyjne partnerów Fundacji „Festiwal Biegów", .

Runek Run – bieg górski o Puchar 1 Pułku Strzelców Podhalańskich / Koral Maraton / Półmaraton:

Informator 10. TAURON Festiwalu Biegowego, numer startowy i agrafki, chip do pomiaru czasu, worek depozytowy z naklejką, opaska na rękę (uprawniająca do odbioru posiłku regeneracyjnego, odebrania lodów KORAL i koszulki finiszera), koszulka TAURON, woda Muszynianka, piwo izotoniczne BIRELL, baton Bakalland, torba bawełniana, materiały promocyjne partnerów Fundacji „Festiwal Biegów".

Krynicka Pętla 15 km / Życiowa Dziesiątka / Bieg Nocny 7 km / Rodzinny Bieg Nocny 5 km / Bieg na 3 km / Bieg na Jaworzynę / Mistrzostwa Polski w Nordic Walking / Mistrzostwa Polski w Hill Nordic Walking / Krynicka Mila / Sztafeta Maratońska:

Informator 10. TAURON Festiwalu Biegowego, numer startowy i agrafki, chip do pomiaru czasu, worek depozytowy z naklejką (4 worki dla sztafety maratońskiej), opaska na rękę (uprawniająca do odbioru lodów KORAL), koszulka TAURON, woda Muszynianka, piwo izotoniczne BIRELL, baton Bakalland, torba bawełniana, materiały promocyjne partnerów Fundacji „Festiwal Biegów".

Marsz Nordic Walking „Przegoń zawał" / Bieg w krawacie / bieg Przebierańców / Lamberg Bieg Kobiet / Bieg „1 km dalej od cukrzycy" / Bieg młodzieży i kibiców / Sztafeta Deptaka:

Numer startowy i agrafki, chip do pomiaru czasu, opaska na rękę (uprawniająca do odebioru lodów KORAL), koszulka TAURON, woda Muszynianka, piwo izotoniczne BIRELL, baton Bakalland, torba bawełniana, materiały promocyjne partnerów Fundacji „Festiwal Biegów".

Biegi Dzieci do 8 lat / 9-12 lat:

Numer startowy i agrafki, chip do pomiaru czasu, opaska na rękę (uprawniająca do odebioru lodów KORAL), koszulka MASPEX, torba bawełniana, chrupki Uno Natura, ciastka Bahlsen, materiały promocyjne partnerów Fundacji „Festiwal Biegów".

PODSTAWOWE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

Bieg Małopolski:

Numer startowy i agrafki, chip do pomiaru czasu, koszulka MASPEX, opaska na rękę (uprawniająca do odebrania drożdżówki i lodów KORAL), chrupki Uno Natura, ciastka Bahlsen, materiały promocyjne partnerów Fundacji „Festiwal Biegów".

Koszulka pamiątkowa 10. TAURON Festiwalu Biegowego, pamiątki / gadżety imprezy – TYLKO dla osób, które wybrały i opłaciły poszczególne produkty w formularzu zgłoszeniowym (PAKIET PREMIUM).

Koszulki pamiątkowe oraz gadżety 10. TAURON Festiwalu Biegowego będą dostępne dla zainteresowanych także w sklepiku Fundacji „Festiwal Biegów" w strefie EXPO.

NUMER STARTOWY

Musi być umieszczony z przodu koszulki (nie z boku, nie z tyłu). Nie może być zasłonięty ani w jakikolwiek sposób modyfikowany (przycinany, zaginany). Naruszenie tych zasad skutkuje dyskwalifikacją zawodnika.
Numer powinien być wykorzystywany we wszystkich konkurencjach.
Uczestnicy Sztafety Deptaka, Sztafety Maratońskiej oraz Drużynowego Biegu 7 Dolin otrzymają dodatkową naklejkę na numer startowy, którą należy umieścić w prawym górnym rogu numeru po zgłoszeniu siędo biura rejestracji.

MEDALE PAMIĄTKOWE

Tylko dla zawodników, którzy ukończą daną konkurencję.
Istnieje możliwość wygrawerowania nazwiska uczestnika oraz uzyskanego wyniku (koszt 20 zł). Zapraszamy do miasteczka biegowego na stoisko firmy Tryumf.com.pl.

KOSZULKI FINISZERA

Kończąc rywalizację w Krynicy na najtrudniejszych dystansach 10. TAURON Festiwalu Biegowego otrzymacie niepowtarzalną koszulkę finiszera! Koszulki dostępne są dla uczestników:

- Brubeck Iron Run
- Biegu 7 Dolin PLUS 117, 100, 80, 64 km
- Biegu 7 Dolin - VisegRun with Interreg PL-SK 35 km
- Drużynowego Biegu 7 Dolin 100 km
- Runek Run – biegu górskiego o Puchar 1 Pułku Strzelców Podhalańskich
- Koral Maratonu
- Półmaratonu

Odbiór koszulek w Domu Forum na podstawie opaski z pakietu startowego, numeru startowego oraz medalu pamiątkowego.

POMIAR CZASU

Elektroniczny, przy pomocy chipa montowanego do buta. Pomiaru czasu dokona firma STS-Timing.
Po ukończeniu rywalizacji należy zwrócić chip. Na terenie miasteczka festiwalowego będą rozstawione pojemniki z napisem „Zwróć chip".
Czas zawodników liczony jest w dwóch wariantach: brutto (od wystrzału startera) i netto (od przebiegnięcia linii startu) – patrz opisy poszczególnych konkurencji.

LISTY STARTOWE

Dostępne są w portalu www.festiwalbiegow.pl (zakładka Festiwal Biegowy) oraz w Biurze Zawodów i są aktualizowane na bieżąco w trakcie 10. TAURON Festiwalu Biegowego.

PODSTAWOWE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

KONTROLE ANTYDOPINGOWE

Przeprowadzane będą kontrole wyrywkowe. Wskazany zawodnik ma obowiązek poddania się kontroli. Odmowa skutkuje unieważnieniem wyników indywidualnych uzyskanych w danej konkurencji, ze wszystkimi wynikającymi z tego konsekwencjami, w tym przepadkiem wszelkich zdobytych medali, punktów czy nagród. Stwierdzenie obecności substancji zabronionej w próbce pobranej od zawodnika w badaniu przeprowadzonym podczas zawodów automatycznie prowadzi do unieważnienia wyników indywidualnych uzyskanych w danych zawodach, ze wszystkimi wynikającymi z tego konsekwencjami, w tym przepadkiem wszelkich zdobytych medali, punktów czy nagród.

WYNIKI

Wyniki wszystkich konkurencji 10. TAURON Festiwalu Biegowego będą publikowane w biurze zawodów (na specjalnej tablicy) oraz w portalu www.festiwalbiegow.pl (sekcja KALENDARZ IMPREZ) bezpośrednio po zakończeniu konkurencji. Ponadto wszystkie wyniki zostaną opublikowane w ogólnopolskim dodatku festiwalowym, który ukaże się 11 września w dzienniku „Rzeczpospolita".
Wyniki „na żywo" z Biegu 7 Dolin (wszystkie dystanse) dostępne będą w systemie pomiarowym STS-Timing (www.sts-timing.pl) oraz w portalu www.festiwalbiegow.pl.

Wyniki oficjalne wszystkich konkurencji 10. TAURON Festiwalu Biegowego zostaną opublikowane po otrzymaniu przez Organizatora protokołów z przeprowadzonych kontroli i badań antydopingowych oraz zweryfikowaniu ew. reklamacji i protestów.

PUNKTY ITRA/ UTMB

Uczestnicy długodystansowych biegów górskich 10. TAURON Festiwalu Biegowego, którzy ukończą zmagania w wyznaczonych limitach czasowych (patrz opisy konkurencji) otrzymają punkty doświadczenia ITRA / UTMB. Punkty zostaną dopisane automatycznie do profili uczestników w systemie ITRA (wymagana wcześniejsza rejestracja).

Zestawienie punktów:

- Bieg 7 Dolin PLUS 117 km – 5 pkt
- Bleg 7 Dolin 100 km – 4 pkt
- Drużynowy Bieg 7 Dolin 100 km – 4 pkt
- Bleg 7 Dolin 80 km (50 mil) – 4 pkt
- Bieg 7 Dolin 64 km – 3 pkt
- Bieg 7 Dolin – VisegRun with Interreg PL-SK 35 km – 2 pkt
- Runek Run 22 km – 1 pkt

Pełne zestawienie wyników poszczególnych konkurencji zostanie przesłane do systemu ITRA bezpośrednio po ogłoszeniu oficjalnych wyników 10. TAURON Festiwalu Biegowego, tj. otrzymania przez Organizatora protokołów z kontroli antydopingowych oraz rozpatrzeniu ew. reklamacji i protestów.

DEPOZYTY

Punkt depozytowy 10. TAURON Festiwalu Biegowego będzie zlokalizowany w Domu Forum (sala depozyty). Uczestnicy imprezy otrzymują w pakiecie startowym worek umożliwiający zdeponowanie rzeczy. Na worek należy nakleić specjalnie oznaczoną naklejkę z numerem startowym, imieniem i nazwiskiem oraz numerem telefonu. Punkt jest chroniony. Za pozostawione w depozycie dokumenty, kosztowności, elektronikę czy pieniądze Organizator nie ponosi odpowiedzialności. Depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego.

PODSTAWOWE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

Godziny funkcjonowania:

- Piątek 6 września: 14:00 - 24:00
- Sobota 7 września: 1:00-2:30, 3:30-5.30 i 7:00-23:00
- Niedziela 8 września: 6:30 -16:30

Worki z przepaków Biegu 7 Dolin (wszystkie dystanse) nie odebrane na mecie / trasie bedą czekać w punkcie depozytów w Krynicy. Orientacyjne godziny dostarczenia worków:

- z trasy Biegu 7 Dolin do punku depozytowego: 13.00 z Mniszka nad Popradem, ok. 14:00 z Rytra, ok. 16.00 z Piwnicznej-Zdroju, ok. 19:00 z Wierchomli
- z mety Życiowej Dziesiątki z Muszyny: ok. 14.00

Za cenne przedmioty pozostawione w depozycie Organizator nie ponosi odpowiedzialności.

MOBILNE DEPOZYTY

Na mecie Życiowej Dziesiątki (patrz opis konkurencji)
Na trasie Biegu 7 Dolin: w Rytrze, Mniszku nad Popradem i Piwnicznej-Zdroju (patrz opis konkurencji)

TRANSPORT

Transport uczestników na start konkurencji rozpoczynających się poza granicami Krynicy-Zdroju dla uczestników, którzy wykupili usługę przejazdu (online lub w Biurze Zawodów). Wejście do autokaru na podstawie opaski otrzymanej w pakiecie startowej.
Organizator zapewnia bezpłatny transport uczestników Życiowej Dziesiątki z mety biegu w Muszynie (patrz opis konkurencji).

SZATNIE

Zlokalizowane w Nowym Domu Forum.
Godziny funkcjonowania:

- Piątek 6 września: 14:00 - 24:00
- Sobota 7 września: 7:00 - 23:00
- Niedziela 8 września: 6:30 - 16:00

PRYSZNICE

Zlokalizowane na tyłach Nowego Domu Forum.
Godziny funkcjonowania:

- Piątek 6 września: 14:00 - 24:00
- Sobota 7 września: 7:00 - 23:00
- Niedziela 8 września: 7:00 - 16:00

MASAŻE

Wyłącznie dla uczestników Biegu 7 Dolin (wszystkie dystanse), Runek Run, Brubeck Iron Run, Koral Maratonu i Półmaratonu. Strefa masażu jest zlokalizowana w namiocie „Masaże", między Starym Domem Zdrojowym a fontanną.
Godziny funkcjonowania:

- Sobota 7 września: 12:00 - 23:30
- Niedziela 8 września: 9:00 - 15:30

PODSTAWOWE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

BIURO RZECZY ZNALEZIONYCH

Zlokalizowany w Punkcie Depozytowym (Dom Forum).
Rzeczy nieodebrane do niedzieli 8 września do godz. 16:00 przepadają.

BAKALLAND

ODPRAWY TECHNICZNE

Tylko w wybranych konkurencjach (patrz opisy konkurencji).

PUNKTY ŻYWIENIOWE / NAWADNIANIA, POSIŁKI

Na trasach biegów zawodnicy mogą bez ograniczeń korzystać z punktów z napojami izotonicznymi, wodą i żywnością. Liczba, lokalizacja i dostępne udogodnienia na punktach – patrz opisy poszczególnych konkurencji. Na trasach nie będzie punktów z odżywkami własnymi zawodników.

NA MECIE

Na mecie każdej z konkurencji czekać będą medale i napoje. Należy pamiętać, by nie stać w strefie mety i zrobić miejsce dla nadbiegających zawodników. Nie wolno przekroczyć linii mety powtórnie – może to spowodować błędny odczyt chipa.

ZABEZPIECZENIE MEDYCZNE

Zabezpieczenie ratowniczo-medyczne wszystkich konkurencji i aktywności sportowych i rekreacyj- nych 10. TAURON Festiwalu Biegowego wykonuje sądeckie Pogotowie Ratunkowe. Festiwalowy telefon alarmowy: **668 402 748, numer ogólnopolski: 999 lub 112.**

Do biegów i marszów na Górze Parkowej, Jaworzynie Krynickiej, Biegu 7 Dolin (wszystkie dystanse) oraz Runek Run dodatkowe zabezpieczenie wykonuje Grupa Krynicka GOPR – telefon ratunkowy: **601 100 300.**

NOCLEGI

Zawodnicy, którzy zapisali się na bezpłatny nocleg w pawilonach 10. TAURON Festiwalu Biegowego (teren miasteczka biegowego) proszeni są o bezpośrednie kierowanie się do pawilonów.

Udostępnione miejsca noclegowe mają charakter polowy – pawilony są nieogrzewane, bez łóżek, materacy, dostępu do energii elektrycznej. Dostęp do sanitariatów jest zapewniony w miasteczku biegowym (szatnie, toalety, prysznice - w godzinach funkcjonowania tych obiektów). Osoby, które chcą skorzystać z noclegów winny we własnym zakresie zapewnić karimaty, śpiwory czy poduszki.

UWAGA. Noclegi są niestrzeżone – organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione w pawilonach.

Organizator nie zapewnia noclegu pozostałym uczestnikom imprezy.

PARKINGI

Organizator nie zapewnia miejsc parkingowych dla zawodników.

DEKORACJE

Dekoracje najlepszych zawodników w poszczególnych konkurencjach będą się odbywać na Małej Scenie 10. TAURON Festiwalu Biegowego (Nowy Dom Forum) oraz Dużej Scenie 10. TAURON Festiwalu Biegowego (scena koncertowa na deptaku). Szczegółowy program dekoracji – patrz program sceniczny (str. 4-5).

W kategoriach generalnych (open) dekorowani będą wszyscy nagradzani zawodnicy.
W kategoriach wiekowych z nagrodami rzeczowymi nagradzani będą wszyscy zawodnicy.
Dekoracje w kategoriach wiekowych z nagrodami finansowymi będą miały charakter ceremonii kwiatowych i nagradzane będą tyko pierwsze trójki zawodników, bez względu na liczbę nagród w kategorii*.

PODSTAWOWE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

**Zawodnicy nie otrzymują czeków - weryfikacja frekwencji w kategoriach wiekowych do wypłaty nagród finansowych (sprawdzenie, czy zostały spełnione limity) odbędzie się po zakończeniu 10. TAURON Festiwalu Biegowego. Decyduje liczba opłaconych zgłoszeń do danej kategorii. Ogłoszenie listy osób uhonorowanych nagrodami finansowymi nastąpi do 5 dni po zakończeniu 10. TAURON Festiwalu Biegowego - w portalu www.festiwalbiegowy.pl zostanie opublikowane szczegółowe zestawienie w poszczególnych kategoriach wiekowych. Po ogłoszeniu listy osób uhonorowanych nagrodami finansowymi, Fundacja Festiwal Biegów będzie się kontaktować z tymi osobami w celu wypłaty nagród.*

■ REKLAMACJE / PROTESTY

Koszt 150 zł - kaucja zwrotna w przypadku uznania racji zawodnika. Protest może być wniesiony tylko na specjalnym formularzu, dostępnym w **Biurze Zawodów (Dom Forum)** oraz w portalu www.festiwalbiegow.pl (w sekcji Festiwal Biegowy > Dla Uczestników > Regulamin - dokumenty do pobrania). Protesty należy wnosić w Biurze Zawodów do 2 godzin od zakończenia danej konkurencji (upłynięcia limitu czasowego – szczegóły w opisie poszczególnych konkurencji).

■ FORUM SPORT, ZDROWIE, PIENIĄDZE

Spotkania z osobistościami sportu i biegania, warsztaty dla biegaczy. **Lokalizacja: Nowy Dom Forum** (pawilony wzdłuż deptaka). Wstęp bezpłatny. Szczegóły w programie Forum Sport, Zdrowie, Pieniądze (str. 10)

■ KONCERTY

Wstęp bezpłatny. Szczegóły w programie scenicznym (str. 4-5)

■ TARGI EXPO:

Wstęp bezpłatny. Lista wystawców na (str. 9)
Godziny otwarcia:
Piątek 6 września: 14:00 - 22:00
Sobota 7 września: 7:00 - 21:30
Niedziela 8 września: 7:00 - 17:00

■ POSIŁEK REGENERACYJNY

Do odebrania w Pijalni Głównej na podstawie opaski:

- 6 września w godz. 12:30-17:00 dla uczestników Biegu Małopolski
- 7 września w godz. 18:00-22:00 - makaron dla uczestników Biegu 7 Dolin (wszystkie dystanse).
- 7 września w godz 11:30-13:00 w Restauracji Centrum Rekreacji i Sportu Zapopradzie – dla uczestników Życiowej Dziesiątki
- 8 września w godz. 10:00-14:00 - makaron dla uczestników Koral Maratonu oraz Półmaratonu, grochówka dla uczestników Runek Run – biegu górskiego o Puchar 1 Pułku Strzelców Podhalańskich.

PODSTAWOWE INFORMACJE DLA UCZESTNIKÓW

NAGRODY

Nagrodą główną jest samochód osobowy Toyota Yaris o wartości 64,5 tys. zł ,który zostanie wylosowany wśród uczestników Brubeck Iron Run, Biegu 7 Dolin (wszystkie dystanse), Runek Run, Koral Maratonu, Półmaratonu oraz Życiowej Dziesiątki, którzy ukończą rywalizację w wyznaczonych dla poszczególnych konkurencji limitach czasu. Warunkiem niezbędnym do odebrania nagrody jest osobista obecność na ceremonii losowania (niedziela 8 września od godz. 16:00 na deptaku). Szczegółowy regulamin losowania samochodu dostępny jest w portalu www.FestiwalBiegow.pl (zakładka Festiwal Biegowy > Aktualności).

Łączna pula nagród 10. TAURON Festiwalu Biegowego to 650 000 zł. Szczegółowe zestawienie naród – patrz opisy poszczególnych konkurencji oraz w portalu www.FestiwalBiegow.pl (zakładka Festiwal Blegowy > Dla Uczestników).

Nagrody finansowe będą wypłacane wyłącznie na podstawie oficjalnych wyników 10. TAURON Festiwalu Biegowego, tj, po otrzymaniu przez Organizatora protokołów z przeprowadzonych kontroli i badań antydopingowych. Szczegółowy sposób przyznawania nagród wskazany jest w opisach poszczególnych konkurencji.

UWAGA. Nagrody finansowe w kategoriach wiekowych w wyznaczonych konkurencjach będą wypłacane wyłącznie w przypadku wypełnienia wskazanego limitu uczestników w danej kategorii.

Nagrody pieniężne będą przekazywane wyłącznie przelewem na wskazane konto bankowe zawodnika w terminie 30 dni od ogłoszenia oficjalnych wyników 10. TAURON Festiwalu Biegowego. Nagrody nie będą wypłacane gotówką podczas imprezy.

Warunkiem otrzymania nagrody pieniężnej jest wypełnienie i dostarczenie na adres Organizatora (mailowo lub osobiście) niezbędnych druków wymaganych przez Urząd Skarbowy w terminie 30 dni od ogłoszenia oficjalnych wyników 10. TAURON Festiwalu Biegowego. Niedostarczenie druków będzie oznaczać rezygnację z przyjęcia nagrody. Druki dostępne są w portalu www.festiwalbiegow.pl (w sekcji Festiwal Biegowy > Dla Uczestników > Regulamin - dokumenty do pobrania). Druki można wysłać na adres e-mail: info@festiwalbiegow.pl lub pocztą tradycyjną na adres Fundacja „Festiwal Biegów", Solec 85, 00-382 Warszawa).

Zdobywcom nagród pieniężnych zostanie potrącony podatek dochodowy, zgodnie z obowiązującymi przepisami.

Wszyscy uczestnicy konkurencji 10. TAURON Festiwalu Biegowego, którzy dotrą do mety, otrzymają pamiątkowe medale.

RELACJE Z FESTIWALU

Przebieg imprezy będą relacjonować partnerzy medialni 10. TAURON Festiwalu Biegowego, m.in. Onet.pl, „Przegląd Sportowy", „Rzeczpospolita". Obszerne relacje, w tym wyniki „na żywo" oraz zdjęcia z festiwalowych tras będzie można znaleźć także w portalu www.festiwalbiegow.pl oraz w kanałach społecznościowych Festiwalu Biegów (facebook, instagram, twitter, youtube).

ZDJĘCIA Z FESTIWALU DO KUPIENIA

Organizator Festiwalu umożliwi uczestnikom imprezy zakup zdjęć z tras festiwalowych. Zdjęcia będą dostępne w serwisie **BiegowaFota.pl / zdjecia.festiwalbiegow.pl.** Serwis, po dokonaniu opłaty, umożliwia natychmiastowe pobranie zdjęcia w pełnej rozdzielczości.
Pobrane zdjęcia są wyłącznie do użytku prywatnego, na zasadach licencji niewyłącznej. W celu zakupu zdjęć do użytku komercyjnego prosimy o kontakt: zdjęcia@festiwalbiegow.pl.
Właścicielem serwisu BiegowaFota.pl / zdjecia.festiwalbiegow.pl jest Fundacja „Festiwal Biegów" – oferta serwisu będzie skcesywnie poszerzana, także o biegi spoza programu TAURON Festiwalu Biegowego.

Bieg 7 Dolin PLUS 117 km





w ramach Ultramaratonu Wyszehradzkiego im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego

7.09.2019

Przewyższenie +/- 4850m (wg ITRA)

Odprawa techniczna: 6 września, Pijalnia Główna, godz. 19:00 – odprawa nieobowiązkowa

Zdanie depozytów na przepaki w godz. 1:00-1:40, samochody ustawione w strefie startu

Start masowy, Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 2:00

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Limity trasy:

- Rytro (36. km) – do godz. 7:00
- Piwniczna (83. km) – do godz. 14:00
- Wierchomla (94. km) – do godz. 16:00
- Bacówka nad Wierchomlą (105. km) – do godz. 18:00
- Krynica (meta) – do godz. 20:00

W przypadku nie zmieszczenia się w limicie czasu powrót do Krynicy pojazdem podstawionym przez Organizatora w punktach Rytro (36. km), Piwniczna Zdrój (83. km), Wierchomla (94. km), Bacówka nad Wierchomlą (105. kilometr).

Punkty serwisowe (przepaki): 36 km, 58 km, 83 km, 94 km - worki i naklejki na worki w pakiecie startowym

Punkty żywnościowe: 22 km, 36 km, 45 km, 58 km, 83 km, 94 km, 105 km

Uczestnicy biegu powinni poruszać się po drogach publicznych prawą stroną drogi, po utwardzonym poboczu a w przypadku jego braku po prawej stronie pasa ruchu i zajmować nie więcej niż połowę jego szerokości - szczególnie dotyczy to miejscowości Rytro.

W czasie poruszania się po drogach publicznych uczestnicy biegu powinni ograniczyć korzystanie ze słuchawek i urządzeń odtwarzających np. muzykę.

Wyposażenie obowiązkowe:

- naładowany telefon komórkowy z numerem wskazanym w formularzu zgłoszeniowym
- numer ICE (kontakt do osoby najbliższej) wpisany na odwrocie numeru startowego
- latarka czołówka na pierwszy etap i ostatni etap trasy (Krynica-Rytro, Wierchomla-Krynica), elementy odblaskowe - fosforyzujące na odzieży zewnętrznej

Klasyfikacje brutto: open K/M

Punkty ITRA / UTMB: 5

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - pamiątkowa tablica oraz nagrody rzeczowe od firmy Stimium o wartości 400 zł
2. miejsce - pamiątkowa tablica oraz nagrody rzeczowe od firmy Stimium o wartości 270 zł
3. miejsce - pamiątkowa tablica oraz nagrody rzeczowe od firmy Stimium o wartości 199 zł

Koszulka finiszera

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".

Bieg 7 Dolin 100 km

w ramach Ultramaratonu Wyszehradzkiego im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego

7.09.2019

Przewyższenie +3980m (wg ITRA)

Odprawa techniczna: 6 września, Pijalnia Główna, godz. 19:00 – odprawa nieobowiązkowa

Zdanie depozytów na przepaki w godz. 1:00-1:40, samochody ustawione w strefie startu

Start masowy, Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 2:00

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Limity trasy:

- Rytro (36. km) – do godz. 7:30
- Piwniczna (66. km) – do godz. 14:00
- Wierchomla (77. km) – do godz. 16:00
- Bacówka nad Wierchomlą (88. km) – do godz. 18:00
- Krynica (meta) – do godz. 20:00

W przypadku nie zmieszczenia się w limicie czasu powrót do Krynicy pojazdem podstawionym przez Organizatora w punktach Rytro (36. kilometr), Piwniczna Zdrój (66. kilometr), Wierchomla (77. kilometr), Bacówka nad Wierchomlą (88. kilometr).

Punkty serwisowe (przepaki): 36 km, 66 km, 77 km - worki i naklejki na worki w pakiecie startowym

Punkty żywnościowe: 22 km, 36 km, 45 km, 66 km, 77 km, 88 km

Uczestnicy biegu powinni poruszać się po drogach publicznych prawą stroną drogi, po utwardzonym poboczu a w przypadku jego braku po prawej stronie pasa ruchu i zajmować nie więcej niż połowę jego szerokości - szczególnie dotyczy to miejscowości Rytro.

W czasie poruszania się po drogach publicznych uczestnicy biegu powinni ograniczyć korzystanie ze słuchawek i urządzeń odtwarzających np. muzykę.

Wyposażenie obowiązkowe:

- naładowany telefon komórkowy z numerem wskazanym w formularzu zgłoszeniowym
- numer ICE (kontakt do osoby najbliższej) wpisany na odwrocie numeru startowego
- latarka czołówka na pierwszy etap i ostatni etap trasy (Krynica- Rytro, Wierchomla- Krynica), elementy odblaskowe - fosforyzujące na odzieży zewnętrznej

Klasyfikacje brutto: open K/M, wiekowe K/M: 18-29, 30-39, 40-49, 50+ lat

Mistrzostwa Polski Masters w Ultramaratonie Górskim:

- kategorie wiekowe K/M 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-70, 70+ lat

Punkty ITRA / UTMB: 4

Partner konkurencji:

Nagrody:

- Rekord trasy kobiet: 15 000 zł (tylko zwyciężczyni biegu - wynik lepszy niż 9:41:52)
- Rekord trasy mężczyzn: 15 000 zł (tylko zwycięzca biegu - wynik lepszy niż 8:51:10)

Open K/M:

1. miejsce - 25 000 zł
2. miejsce - 8 000 zł
3. miejsce - 7 000 zł
4. miejsce - 2 500 zł
5. miejsce - 2 000 zł
6. miejsce - 1 500 zł
7. miejsce - 1 300 zł
8. miejsce - 1 200 zł
9. miejsce - 1 100 zł
10. miejsce - 1 000 zł
11. miejsce - 950 zł
12. miejsce - 900 zł
13. miejsce - 850 zł
14. miejsce - 800 zł
15. miejsce - 750 zł

Najlepszy Polak / Najlepsza Polka:

1. miejsce - 2 000 zł
2. miejsce - 2 000 zł
3. miejsce - 2 000 zł
4. miejsce - 2 000 zł
5. miejsce - 2 000 zł

Kategorie wiekowe K/M (18-29, 30-39, 40-49, 50+)*:

1. miejsce - 700 zł
2. miejsce - 650 zł
3. miejsce - 600 zł
4. miejsce - 550 zł
5. miejsce - 500 zł
6. miejsce - 350 zł
7. miejsce - 300 zł
8. miejsce - 250 zł
9. miejsce - 200 zł
10. miejsce - 150 zł

**warunkiem wypłaty nagród finansowych w kategoriach wiekowych jest zgłoszenie się do rywalizacji co najmniej 30 zawodników / zawodniczek w danej kategorii (decyduje liczba opłaconych zgłoszeń do biegu).*

Mistrzostwa Polski Masters w Ultramaratonie Górskim:

Kategorie wiekowe K/M (35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70+):

1. miejsce - medal MP Masters i nagroda rzeczowa
2. miejsce - medal MP Masters i nagroda rzeczowa
3. miejsce - medal MP Masters i nagroda rzeczowa

Koszulka finiszera

Nagrody w kategoriach open i wiekowych nie dublują się.
Nagrody w kategoriach open i Najlepszy Polak / Najlepsza Polka dublują się.
Nagrody w kategoriach wiekowych i Najlepszy Polak / Najlepsza Polka dublują się.

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".

Honorowy patronat nad konkurencją objął Marszałek Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej Elżbieta Witek

Drużynowy Bieg 7 Dolin 100 km

w ramach Ultramaratonu Wyszehradzkiego im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego

7.09.2019

Przewyższenie +/- 3980m (wg ITRA)

Odprawa techniczna: 6 września, Pijalnia Główna, godz. 19:00 – odprawa nieobowiązkowa

Zdanie depozytów na przepaki w godz. 1:00-1:40, samochody ustawione w strefie startu

W Biurze Zawodów uczestnicy otrzymają dodatkową naklejkę na numer startowy, którą należy umieścić w prawym górnym rogu numeru.

Start masowy, Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 2:00

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Limity trasy:

- Rytro (36 km) – do godz. 7:30
- Piwniczna (66 km) – do godz. 14:00
- Wierchomla (77 km) – do godz. 16:00
- Bacówka nad Wierchomlą (88 km) – do godz. 18:00
- Krynica (meta) – do godz. 20:00

W przypadku nie zmieszczenia się w limicie czasu powrót do Krynicy pojazdem podstawionym przez Organizatora w punktach Rytro (36. kilometr), Piwniczna Zdrój (66. kilometr), Wierchomla (77. kilometr), Bacówka nad Wierchomlą (88. kilometr).

Punkty serwisowe (przepaki): 36 km, 66 km, 77 km - worki i naklejki na worki w pakiecie startowym

Punkty żywnościowe: 22 km, 36 km, 45 km, 66 km, 77 km, 88 km

Uczestnicy biegu powinni poruszać się po drogach publicznych prawą stroną drogi, po utwardzonym poboczu a w przypadku jego braku po prawej stronie pasa ruchu i zajmować nie więcej niż połowę jego szerokości - szczególnie dotyczy to miejscowości Rytro.

W czasie poruszania się po drogach publicznych uczestnicy biegu powinni ograniczyć korzystanie ze słuchawek i urządzeń odtwarzających np. muzykę.

Wyposażenie obowiązkowe:

- naładowany telefon komórkowy z numerem wskazanym w formularzu zgłoszeniowym
- numer ICE (kontakt do osoby najbliższej) wpisany na odwrocie numeru startowego
- latarka czołówka na pierwszy etap i ostatni etap trasy (Krynica- Rytro, Wierchomla- Krynica), elementy odblaskowe - fosforyzujące na odzieży zewnętrznej

Klasyfikacja brutto open drużyn (3-osobowe składy)

Punkty ITRA / UTMB: 4

Zasady rywalizacji:

- Drużyny trzyosobowe - składy dowolne. Drużyny startują razem z uczestnikami indywidualnego Biegu 7 Dolin 100 km oraz Biegu 7 Dolin 117 km.
- Członkowie danej drużyny muszą biec razem - maksymalna dopuszczalna różnica w czasach poszczególnych członków zespołu na punktach serwisowych oraz na mecie biegu to 30 sekund. Wyrywkowa weryfikacja czasów na punktach serwisowych, pełna weryfikacja mecie na podstawie odczytów chipów. Zakazane jest przekazywanie chipów i numerów startowych członkom drużyny lub uczestnikom indywidualnego Biegu 7 Dolin 100 km pod karą dyskwalifikacji zespołu.

- Drużyny muszą przybiec w wyznaczonych limitach czasu na poszczególne punkty serwisowe oraz w limicie czasu przekroczyć metę biegu. Przekroczenie limitów skutkować będzie dyskwalifikacją.
- Drużyny, które nie zmieszczą się w limitach czasowych na poszczególnych punktach pomiaru czasu, bądź z innych względów nie będą mogły kontynuować biegu, znajdą się w oficjalnym komunikacie końcowym biegu (czasy osiągnięte na 36., 66., 77. i 88. kilometrze - DNF).
- W przypadku rezygnacji z rywalizacji jednego (bądź więcej) członka zespołu (np. powodu kontuzji), pozostali członkowie drużyny muszą również zakończyć rywalizację i udać się do najbliższego punktu serwisowego. W przypadku poważnej kontuzji członka / członków zespołu, należy wezwać pomoc - numer alarmowy znajduje się na mapie dołączonej do pakietu startowego.
- Drużyny zostaną sklasyfikowane na podstawie wyniku ostatniego członka zespołu (najsłabszego ogniwa drużyny).
- Wyniki indywidualne uczestników Drużynowego Biegu 7 Dolin 100 km nie będą brane pod uwagę w ustalaniu klasyfikacji końcowej indywidualnego Biegu 7 Dolin 100 km, wydawaniu medali oraz przyznawaniu punktów ITRA / UTMB.
- Zabronione jest używanie wspomagania mechanicznego (np. rower) oraz korzystanie ze wsparcia innych drużyn oraz uczestników indywidualnego Biegu 7 Dolin 100 km (np. transport sprzętu). Dopuszczalna jest współpraca drużynowa wewnątrz tej samej drużyny (np. holowanie linką, podciąganie za rękę, transport sprzętu itp.).

Nagrody:

Klasyfikacja generalna drużyn:

1. miejsce - 6 000 zł

2. miejsce - 4 000 zł

3. miejsce - 2 000 zł

Koszulka finiszera (po jednej dla każdego członka drużyny)

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".



Bieg 7 Dolin 80 km (50 mil)

w ramach Ultramaratonu Wyszehradzkiego im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego

7.09.2019

Przewyższenie +3600m / -3450m (wg ITRA)

Odprawa techniczna: 6 września, Pijalnia Główna, godz. 19:00 – odprawa nieobowiązkowa

Transport na start (tylko opłacone przejazdy, wstęp na podstawie opaski z pakietu startowego):

zbiórka na ul. Ebersa w Krynicy od godz. 2:00. Odjazd autokarów o 2:30.

Schemat wsiadania do autokaru: otwarte drzwi ma tylko pierwszy autokar. Wolontariusz wpuszcza tylu zawodników ile jest miejsc w autokarze (maksymalnie 50 osób). Kiedy pojazd się zapełni, wówczas odjeżdża, a na jego miejsce podjeżdża kolejny, otwiera tylko przednie drzwi i schemat się powtarza, aż do ostatniego autokaru.

Na miejscu zbiórki będą obecni wolontariusze, którzy będą koordynować zapełnianie autokarów. Pojazdy będą oznaczone tablicami z nazwą biegu, który obsługują.

Uprzejmie prosimy o punktualne przyjście na miejsce zbiórki. Ze względów organizacyjnych autokary nie będą mogły czekać na spóźnionych zawodników.

Zdanie depozytów na przepaki i na metę od godz. 3:15, samochody ustawione w strefie startu

Start masowy: Rytro, zielony parking przy Hotelu „Perła Południa", godz. 4:00 razem z uczestnikami BRUBECK IRON RUN

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Limity trasy:

- Piwniczna (47. km) – do godz. 14:00
- Wierchomla (58. km) – do godz. 16:00
- Bacówka nad Wierchomlą (69. km) – do godz. 18:00
- Krynica (meta) – do godz. 20:00

W przypadku nie zmieszczenia się w limicie czasu powrót do Krynicy pojazdem podstawionym przez Organizatora w punktach Piwniczna Zdrój (47. km), Wierchomla (58. km), Bacówka nad Wierchomlą (69. km).

Punkty serwisowe (przepaki): 22 km, 47 km, 58 km - worki i naklejki na worki w pakiecie startowym

Punkty żywnościowe: 9 km, 22 km, 47 km, 58 km, 69 km

Uczestnicy biegu powinni poruszać się po drogach publicznych prawą stroną drogi, po utwardzonym poboczu a w przypadku jego braku po prawej stronie pasa ruchu i zajmować nie więcej niż połowę jego szerokości - szczególnie dotyczy to miejscowości Rytro.

W czasie poruszania się po drogach publicznych uczestnicy biegu powinni ograniczyć korzystanie ze słuchawek i urządzeń odtwarzających np. muzykę.

Wyposażenie obowiązkowe:

- naładowany telefon komórkowy z numerem wskazanym w formularzu zgłoszeniowym
- numer ICE (kontakt do osoby najbliższej) wpisany na odwrocie numeru startowego
- latarka czołówka na ostatni etap trasy (Wierchomla-Krynica), elementy odblaskowe - fosforyzujące na odzieży zewnętrznej

Klasyfikacje brutto: open K/M

Punkty ITRA / UTMB: 4

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - pamiątkowa tablica

2. miejsce - pamiątkowa tablica

3. miejsce - pamiątkowa tablica

Koszulka finiszera

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".

Bieg 7 Dolin 64 km

7.09.2019

przewyższenie: +2740m / -2590m (wg ITRA)

w ramach Ultramaratonu Wyszehradzkiego im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego

Odprawa techniczna: 6 września, Pijalnia Główna, godz. 19:00 – odprawa nieobowiązkowa

Transport na start (tylko opłacone przejazdy, wstęp na podstawie opaski z pakietu startowego):

GRUPA I: numery startowe od 813 do 1171 - zbiórka i początek odjazdów autokarów z ul. Ebersa w Krynicy o godz. 4:15. Odjazd ostatniego autokaru o godz. 5:00.

GRUPA II: numery od 1172 do końca - zbiórka i początek odjazdu autokarów z ul. Ebersa w Krynicy o godz. 5:00. Odjazd ostatniego autokaru o godz. 5:30.

Schemat wsiadania do autokaru: otwarte drzwi ma tylko pierwszy autokar. Wolontariusz wpuszcza tylu zawodników ile jest miejsc w autokarze (maksymalnie 50 osób). Kiedy pojazd się zapełni, wówczas odjeżdża, a na jego miejsce podjeżdża kolejny, otwiera tylko przednie drzwi i schemat się powtarza, aż do ostatniego autokaru.

Na miejscu zbiórki będą obecni wolontariusze, którzy zajmą się koordynacją sposobu wsiadania do autokarów oraz odjazdem pojazdów. Pojazdy będą oznaczone tablicami z nazwą biegu, który obsługują.

Uprzejmie prosimy o możliwie wczesne przybycie na ul. Ebersa. Pojazdy będą sukcesywnie odjeżdżać od samego początku zbiórki. Spodziewana jest duża liczba zawodników i kluczowym jest punktualny odjazd ostatniego autokaru, aby nikt nie spóźnił się na start.

Zdanie depozytów na przepaki i na metę w godz. 5:45-7:00, samochody ustawione w strefie startu

Start indywidualny, Rytro, zielony parking przy Hotelu „Perła Południa" - godzina startu i przedział numerów: (po 12 osób na minutę, po 180 osób na kwadrans).

- 6:30 - 6:45 - Elita wskazana przez organizatora oraz numery startowe od 813 do 990
- 6:45 - 7:00 - numery startowe od 991 do 1171
- 7:00 - 7:15 - numery startowe od 1172 do 1352
- 7:15 - numery startowe od 1353 i dalsze
- 8:00 - zawodnicy spóźnieni (start wspólny)

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Limity trasy:

- Piwniczna (30 km) – do godz. 14:00
- Wierchomla (41 km) - do godz. 16:00
- Bacówka nad Wierchomlą (52 km) - do godz. 18:00
- Krynica-Zdrój (meta) - do godz. 20:00

W przypadku nie zmieszczenia się w limicie czasu powrót do Krynicy pojazdem podstawionym przez Organizatora w punktach Piwniczna Zdrój (30. kilometr), Wierchomla (41. kilometr), Bacówka nad Wierchomlą (52. kilometr).

Punkty serwisowe (przepaki); 30 km, 41 km - worki i naklejki na worki w pakiecie startowym

Punkty żywnościowe: 9 km, 30 km, 41 km, 52 km

Uczestnicy biegu powinni poruszać się po drogach publicznych prawą stroną drogi, po utwardzonym poboczu a w przypadku jego braku po prawej stronie pasa ruchu i zajmować nie więcej niż połowę jego szerokości - szczególnie dotyczy to miejscowości Rytro.

W czasie poruszania się po drogach publicznych uczestnicy biegu powinni ograniczyć korzystanie ze słuchawek i urządzeń odtwarzających np. muzykę.

Wyposażenie obowiązkowe:

- naładowany telefon komórkowy z numerem wskazanym w formularzu zgłoszeniowym
- numer ICE (kontakt do osoby najbliższej) wpisany na odwrocie numeru startowego
- latarka czołówka na ostatni etap trasy (Wierchomla- Krynica), elementy odblaskowe - fosforyzujące na odzieży zewnętrznej

Klasyfikacje netto: open K/M, wiekowe: 18-29, 30-39, 40-49, 50+ lat

Punkty ITRA / UTMB: 3

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - 4 200 zł

2. miejsce - 3 200 zł

3. miejsce - 2 200 zł

Kategorie wiekowe K/M (18-29, 30-39, 40-49, 50+)*:

1. miejsce - 600 zł

2. miejsce - 400 zł

3. miejsce - 350 zł

4. miejsce - 300 zł

5. miejsce - 200 zł

**warunkiem wypłaty nagród finansowych w kategoriach wiekowych jest zgłoszenie się do rywalizacji co najmniej 20 zawodników / zawodniczek w danej kategorii (decyduje liczba opłaconych zgłoszeń do biegu).*

Koszulka finiszera

Nagrody w kategoriach open i wiekowych nie dublują się.

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".

Partner biegu:

Bank Pekao

Bieg 7 Dolin - VisegRun with Interreg PL-SK 35 km

w ramach Ultramaratonu Wyszehradzkiego im. Prezydenta Lecha Kaczyńskiego

7.09.2019

Przewyższenie +1520m / -1380m (wg ITRA)

Odprawa techniczna: 6 września, Pijalnia Główna, godz. 19:00 – odprawa nieobowiązkowa

Transport na start (tylko opłacone przejazdy, wstęp na podstawie opaski z pakietu startowego): zbiórka i początek odjazdów autokarów z ul. Ebersa w Krynicy od godz. 8:45.

Schemat wsiadania do autokaru: otwarte drzwi ma tylko pierwszy autokar. Wolontariusz wpuszcza tylu zawodników ile jest miejsc w autokarze (maksymalnie 50 osób). Kiedy pojazd się zapełni, wówczas odjeżdża, a na jego miejsce podjeżdża kolejny, otwiera tylko przednie drzwi i schemat się powtarza, aż do ostatniego autokaru.

Na miejscu zbiórki będą obecni wolontariusze, którzy będą koordynować zapełnianie autokarów. Pojazdy będą oznaczone tablicami z nazwą biegu, który obsługują.

Uprzejmie prosimy o możliwie wczesne przybycie na ul. Ebersa. Pojazdy będą sukcesywnie odjeżdżać od samego początku zbiórki. Spodziewana jest duża liczba zawodników i kluczowym jest punktualny odjazd ostatniego autokaru o godz. 9:20.

Zdanie depozytów na metę w godz. 10:00-11:00, samochody ustawione w strefie startu

Start masowy, Mniszek nad Popradem (Słowacja), teren dawnego przejścia granicznego Mniszek-Piwniczna, godz. 11:30.

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Limity trasy:

- Wierchomla (12 km) - do godz. 16:00
- Bacówka nad Wierchomlą (23 km) - do godz. 18:00
- Krynica-Zdrój (meta) - do godz. 20:00

W przypadku nie zmieszczenia się w limitach czasu powrót do Krynicy pojazdem podstawionym przez Organizatora w punktach Wierchomla (12 km, Bacówka nad Wierchomlą 23. km).

Punkty żywnościowe: 12 km, 23 km

Uczestnicy biegu powinni poruszać się po drogach publicznych prawą stroną drogi, po utwardzonym poboczu a w przypadku jego braku po prawej stronie pasa ruchu i zajmować nie więcej niż połowę jego szerokości.

W czasie poruszania się po drogach publicznych uczestnicy biegu powinni ograniczyć korzystanie ze słuchawek i urządzeń odtwarzających np. muzykę.

Wyposażenie obowiązkowe:

- naładowany telefon komórkowy z numerem wskazanym w formularzu zgłoszeniowym
- numer ICE (kontakt do osoby najbliższej) wpisany na odwrocie numeru startowego
- latarka czołówka, elementy odblaskowe - fosforyzujące na odzieży zewnętrznej
- dokument uprawniający do przekroczenia granicy polsko-słowackiej (dla obywateli Unii Europejskiej jest to dowód osobisty lub paszport)

Klasyfikacje brutto: open K/M, wiekowe: 18-29, 30-39, 40-49, 50+ lat

Punkty ITRA / UTMB: 2

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - 2 000 zł

2. miejsce - 1 500 zł

3. miejsce - 1 000 zł

Kategorie wiekowe K/M (18-29, 30-39, 40-49, 50+)*:

1. miejsce - 500 zł

2. miejsce - 400 zł

3. miejsce - 300 zł

**warunkiem wypłaty nagród finansowych w kategoriach wiekowych jest zgłoszenie się do rywalizacji co najmniej 20 zawodników / zawodniczek w danej kategorii (decyduje liczba opłaconych zgłoszeń do biegu).*

Koszulka finiszera

Nagrody w kategoriach open i wiekowych nie dublują się.

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".

Partnerzy biegu:

Projekt jest dofinansowany przez Międzynarodowy Fundusz Wyszehradzki

Runek Run – bieg górski o Puchar 1 Pułku Strzelców Podhalańskich 22 km

8.09.2019

Przewyższenie +/- 820m

Start masowy, Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 7:20

Limity trasy:

- Jaworzyna Krynicka (11 km) - do godz. 9:50
- Krynica (meta) - do godz. 12:20

Punkt żywnościowy: 11 km

Wyposażenie obowiązkowe:

- naładowany telefon komórkowy z numerem wskazanym w formularzu zgłoszeniowym
- numer ICE (kontakt do osoby najbliższej) wpisany na odwrocie numeru startowego.



Klasyfikacje brutto:

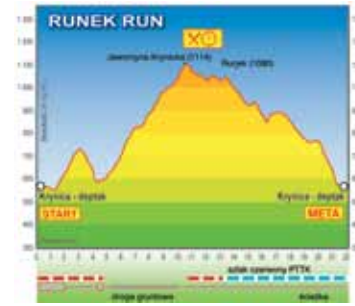
open K/M, wiekowe: 18-29, 30-39, 40-49, 50+ lat

Punkty ITRA / UTMB: 1

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - 2 000 zł
2. miejsce - 1 500 zł
3. miejsce - 1 000 zł
4. miejsce - 800 zł
5. miejsce - 700 zł



Kategorie wiekowe K/M (18-29, 30-39, 40-49, 50+)*:

1. miejsce - 500 zł
2. miejsce - 400 zł
3. miejsce - 300 zł
4. miejsce - 200 zł
5. miejsce - 100 zł

**warunkiem wypłaty nagród finansowych w kategoriach wiekowych jest zgłoszenie się do rywalizacji co najmniej 20 zawodników / zawodniczek w danej kategorii (decyduje liczba opłaconych zgłoszeń do biegu).*

Koszulka finiszera

Nagrody w kategoriach open i wiekowych nie dublują się.

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".

Zadanie publiczne jest współfinansowane ze środków Ministerstwa Obrony Narodowej

Bieg na Jaworzynę 2,6 km

8.09.2019

Przewyższenie: +470m

Start masowy, dolna stacja kolejki gondolowej, Jaworzyna Krynicka, 12:00

Transport na start / powrót do Krynicy - tylko opłacone przejazdy, wstęp do autokaru na podstawie opaski z pakietu startowego: Zbiórka biegaczy i początek odjazdu autokarów z ul. Ebersa w Krynicy od godz. 10:15. Odjazd ostatniego autokaru o godz. 10:45.

Schemat wsiadania do autokaru: otwarte drzwi ma tylko pierwszy autokar. Wolontariusz wpuszcza tylu zawodników ile jest miejsc w autokarze (maksymalnie 50 osób). Kiedy pojazd się zapełni, wówczas odjeżdża, a na jego miejsce podjeżdża kolejny, otwiera tylko przednie drzwi i schemat się powtarza, aż do ostatniego autokaru.

Uprzejmie prosimy o możliwie wczesne przybycie na ul. Ebersa. Pojazdy będą sukcesywnie odjeżdżać od samego początku zbiórki.

Powrót do Krynicy autokarami po zakończeniu konkurencji. Zbiórka i odjazd przed dolną stacją kolejki gondolowej. Kolejne autokary będą sukcesywnie odjeżdżać po zapełnieniu (maksymalnie 50 osób). Ostatni autokar odjedzie o godz. 14:00.

Na miejscu zbiórek będą obecni wolontariusze, którzy zajmą się koordynacją sposobu wsiadania do autokarów oraz odjazdem pojazdów. Pojazdy będą oznaczone tablicami z nazwą biegu, który obsługują.

Klasyfikacja brutto: open K/M

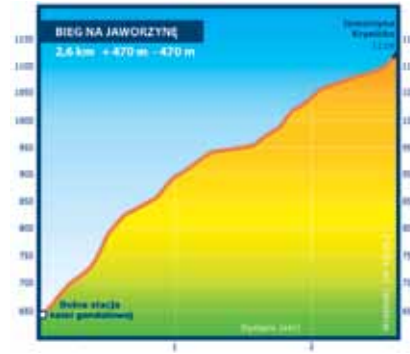
Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

JAWORZYNA KRYNICKA
GRUPA PKL





Koral Maraton 42,195 km

8.09.2019

Przewyższenie: +320m / -250m, atest PZLA

Start: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 7:05

Meta: Krynica-Zdrój (brama 1), do godz. 12:30

Limit trasy: 5h30'

Ponadto zawodnicy, którzy do godziny 10:00 nie dobiegną do 25. kilometra trasy, zobowiązani są zakończyć bieg i zejść z trasy. Można wsiąść do pojazdu Organizatora, oznaczonego napisem „koniec biegu" lub samodzielnie wrócić do Krynicy-Zdroju.

Punkty serwisowe: od 5. kilometra:

- co 2,5 km z wodą
- co 5 km z napojami izotonicznymi i bananami

Klasyfikacje: open K/M, wiekowe: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+ lat

Kontrola prawidłowego przebiegu konkurencji: 31. kilometr - sędzia i punkt kontrolny na agrafce.

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - 3 000 zł

2. miejsce - 2 000 zł

3. miejsce - 1 000 zł

Kategorie wiekowe

K/M (18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+ lat)*:

1. miejsce - 300 zł

2. miejsce - 200 zł

3. miejsce - 1 000 zł

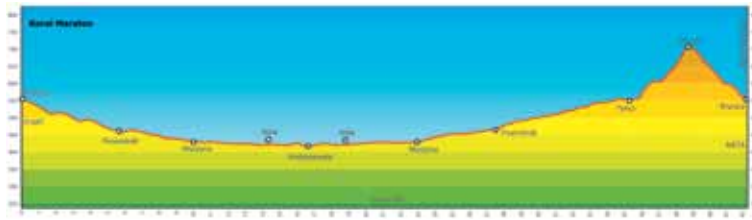


**warunkiem wypłaty nagród finansowych w kategoriach wiekowych jest zgłoszenie się do rywalizacji co najmniej 10 zawodników / zawodniczek w danej kategorii (decyduje liczba opłaconych zgłoszeń do biegu).*

Koszulka finiszera.

Nagrody w kategoriach open i wiekowych nie dublują się.

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".



■ Sztafeta maratońska (10 km / 10 km / 10 km / 12,195 km)

8.09.2019

Suma 42,195 km, przewyższenie: +320m / -250m, atest PZLA

Odprawa: 7 września 2019, godz. 17:00, Pijalnia Główna. Udział zalecany.

Dowolne składy drużyn.

Po odebraniu pakietów startowych przez uczestników sztafety, kapitanowie drużyn zgłaszają się do punktu rejestracji drużyn (specjalne stanowisko w biurze zawodów) i odbierają numery startowe dla zespołu (numery bez chipów) oraz naklejki na numery startowe dla członków zespołu (do umieszczenia w prawym górnym rogu numeru). Na starcie zawodnicy z I zmiany otrzymują pałeczki. Pałeczkę należy zwrócić po zakończeniu biegu.

Start: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 7:05

Transport na start II, III i IV zmiana:

Dojazd zawodników autokarami na start poszczególnych etapów. Autokary oznaczone będą nazwą biegu oraz numerem zmiany (np. Sztafeta maratońska – III zmiana). Zbiórka zawodników drugiej, trzeciej i czwartej zmiany sztafety od godz. 6:00 na ul. Ebersa. Odjazd o godz. 6:30.

Uprzejmie prosimy o punktualne przyjście na miejsce zbiórki. Ze względów organizacyjnych autokary nie będą mogły czekać na spóźnionych zawodników.

Strefy zmian:

- II zmiana: 10. kilometr trasy (parking przy obwodnicy w Muszynie)
- III zmiana: 20. kilometr trasy (droga nr 971, przy stacji paliw, vis a vis drogi do oczyszczalni ścieków w Muszynie)
- IV zmiana: 30. kilometr (Tylicz)

Powrót autokarami do Krynicy po odblokowaniu trasy biegu.

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), do godz. 12:30

Kontrola prawidłowego przebiegu konkurencji: Sędziowie w strefach zmian.

Klasyfikacja: klasyfikacja generalna drużyn

Nagrody:

1. miejsce - nagroda rzeczowa dla drużyny

2. miejsce - nagroda rzeczowa dla drużyny

3. miejsce - nagroda rzeczowa dla drużyny





Półmaraton 21,097 km

8.09.2019

Przewyższenie +/-240 m, atest PZLA

Start masowy, Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 7:40

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), do godz. 12:30

Limit trasy: 4h50'

Kontrola prawidłowego przebiegu konkurencji: Sędziowie na agrafce (droga w stronę Wojkowej)

Transport z trasy: w przypadku zejścia z trasy lub nie zmieszczenia się w limicie czasu, powrót do Krynicy samodzielnie lub pojazdem podstawionym przez Organizatora.

Klasyfikacje: open K/M, wiekowe: 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+ lat

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - 2 500 zł
2. miejsce - 2 000 zł
3. miejsce - 1 500 zł
4. miejsce - 1 000 zł
5. miejsce - 700 zł

Kategorie wiekowe K/M (18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60+)*:

1. miejsce - 650 zł
2. miejsce - 550 zł
3. miejsce - 450 zł
4. miejsce - 300 zł
5. miejsce - 200 zł
6. miejsce - 100 zł

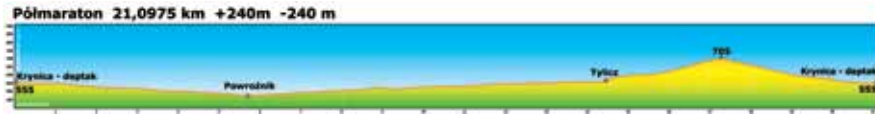
**warunkiem wypłaty nagród finansowych w kategoriach wiekowych jest zgłoszenie się do rywalizacji co najmniej 20 zawodników / zawodniczek w danej kategorii (decyduje liczba opłaconych zgłoszeń do biegu).*

Koszulka finiszera

Nagrody w kategoriach open i wiekowych nie dublują się.

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".





Życiowa Dziesiątka (10 km)

im. Premiera Tadeusza Mazowieckiego

7.09.2019

Przewyższenie: -128m, atest PZLA

Start honorowy: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 10:50

Start ostry: ul. J.I. Kraszewskiego na wysokości Kościoła Św. A. Padewskiego (800m od startu honorowego), godz. 11:00

Strefy startowe: elita, do 35', 40', 45', 50', 55', 60' (na starcie honorowym)

Meta: Centrum Rekreacji i Sportu Zapopradzie w Muszynie, do godz. 12:20

Limity trasy:

- 5 km: 45'
- meta: 1h30'

W przypadku nie zmieszczenia się w limicie czasu powrót do Krynicy pojazdem "Koniec biegu" podstawionym przez Organizatora.

Punkt z wodą:

- na 5. kilometrze
- na mecie w Muszynie

Mobilne depozyty:

W godz. 9:45 - 10:15 na ul. Ebersa w Krynicy-Zdroju będą oczekiwać autokary wraz z wolontariuszami zbierającymi depozyty. Każdy pojazd będzie deponował inny przedział numerów startowych - prosimy o zgłoszenie się do pojazdu oznaczonego właściwym przedziałem. Autokary odjadą do Muszyny o 10:20.

Depozyty można odebrać po zakończeniu biegu z autokarów stojących w Alei Zdrojowej w Muszynie (kilkadziesiąt metrów za metą biegu), a w przypadku złej pogody z namiotu ustawionego przy restauracji Zapopradzie (tuż przy mecie). Depozyty wydawane będą sukcesywnie po przybyciu zawodników na metę. Depozyty, które nie zostaną odebrane w Muszynie, zostaną przywiezione do Krynicy do Punkty Depozytowego 10. TAURON Festiwalu Biegowego, skąd będzie można je odebrać w dogodnej porze (patrz godziny funkcjonowania Punktu).

Posiłek regeneracyjny:

Dostępny w Strefie Mety, na terenie Restauracji Zapopradzie w godzinach 11:30-13:00. Posiłek będzie wydawany na podstawie numeru startowego.

Transport powrotny zawodników:

Autokary będą czekały na zawodników za metą, przy Alei Zdrojowej w Muszynie (jeden autokar mieści maksymalnie 50 osób). Pojazdy będą oznaczone tablicami z nazwą biegu.

UWAGA - w godzinach 10:50-12:30 zamknięta będzie droga Muszyna-Krynica. Autokary z zawodnikami będą odjeżdżały dopiero po zakończeniu biegu, od godz. 12:30. W przypadku zwiększonego zapotrzebowania, autokary wrócą ponownie z Krynicy po oczekujących zawodników.

Na miejscu odjazdu będą obecni wolontariusze, którzy będą koordynować zapełnianie autokarów.

Klasyfikacje:

Open K/M - pierwszych 50 zawodników open - czas brutto, pozostali - czas netto

Kategorie wiekowe: 16-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 50-54, 55-59, 60+ lat czas netto

Najlepszy Polak / Polka – zwodnicy z obywatelstwem polskim – na podstawie kolejności open

Najlepszy Sądeczanin / Sądeczanka – mieszkańcy miasta Nowy Sącz oraz powiatów nowosądeckiego, limanowskiego, gorlickiego, nowotarskiego oraz podhalańskiego - na podstawie kolejności open.

UWAGA: Najlepszy Sądeczanin / Sądeczanka - wymagane jest zgłoszenie się do klasyfikacji w biurze zawodów. Zawodnicy bez zgłoszenia nie zostaną uwzględnieni w wynikach.

Mistrzostwa Polski Masters w Biegu Ulicznym na 10 km:

35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-69, 70+ lat.

Nagrody:

Polski rekord trasy (wymagane obywatelstwo Polskie):

- mężczyźni: 10 000 zł (czas lepszy niż 28:31)
- kobiet: 10 000 zł (czas lepszy niż 33:04)

Open K/M:

1. miejsce - 5 000 zł
2. miejsce - 3 000 zł
3. miejsce - 1 000 zł

Kategorie wiekowe K/M (16-24, 25-29, 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60+):

1. miejsce - 700 zł
2. miejsce - 500 zł
3. miejsce - 400 zł
4. miejsce - 350 zł
5. miejsce - 400 zł
6. miejsce - 250 zł
7. miejsce - 150 zł

Najlepszy Polak / Polka:

1. miejsce: 2 000 zł

Najlepszy Sądeczanin / Sądeczanka:

1. miejsce - 700 zł
2. miejsce - 500 zł
3. miejsce - 400 zł
4. miejsce - 300 zł
5. miejsce - 200 zł

Mistrzostwa Polski Masters w Biegu Ulicznym na 10 km:

Kategorie wiekowe K/M (35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, 65-70, 70+):

1. miejsce - medal MP Masters, nagroda rzeczowa
2. miejsce - medal MP Masters i nagroda rzeczowa
3. miejsce - medal MP Masters i nagroda rzeczowa

Nagrody w kategoriach open i wiekowych nie dublują się.

Nagrody w kategoriach open i Najlepszy Polak / Polka dublują się.

Nagrody w kategoriach wiekowych i Najlepszy Polak / Polka dublują się.

Nagrody w kategoriach open i Najlepszy Sądeczanin / Najlepsza Sądeczanka dublują się.

Nagrody w kategoriach wiekowych i Najlepszy Sądeczanin / Najlepsza Sądeczanka dublują się.

Nagrody w kategoriach Najlepszy Polak / Polka i Najlepszy Sądeczanin / Najlepsza Sądeczanka dublują się.

Kategorie Najlepszy Sądeczanin / Najlepsza Sądeczanka są nadrzędne wobec kategorii wiekowych. Jednakowoż najlepszym zawodnikom w obu kategoriach wypłacane będą nagrody o wyższym nominale. Zwalniane nagrody w danych kategoriach przejmować będą kolejni zawodnicy z tych kategorii.

Nagrody w kat. „Najlepszy Sądeczanin / Sądeczanka" ufundował zakopiański przedsiębiorca i działacz społeczny Pan Andrzej Gut-Mostowy.

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".

Partnerzy konkurencji:

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki

Ministerstwo Sportu i Turystyki





Krynicka Pętla (15 km)

im. Premiera Józefa Oleksego

6.09.2019

Przewyższenie +/- 360m

Start masowy: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 19:05

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), do godz. 21:20

Limit trasy: 2h15'

Klasyfikacje: open K/M

Nagrody:

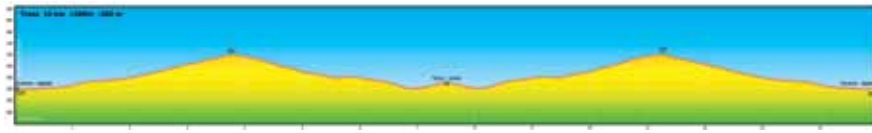
Open K/M:

1. miejsce - 500 zł

2. miejsce - 400 zł

3. miejsce - 300 zł





Bieg Nocny 7 km o Puchar „Przeglądu Sportowego"

im. Kuriera Sądeckiego Romana Stramki

6.09.2019

Przewyższenie +/-150m

Start masowy: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 22:35

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), do godz. 23:35

Limit trasy: 1h

Klasyfikacje: open K/M

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - 300 zł

2. miejsce - 200 zł

3. miejsce - 100 zł





Rodzinny Bieg Nocny 5 km

7.09.2019

Przewyższenie +/-80 m

Start masowy: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 22:05

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), do godz. 22:50

Limit trasy: 45'

Klasyfikacje: open K/M oraz klasyfikacja rodzinna (3 osoby spokrewnione, decyduje suma czasów)

Nagrody:

Open K/M:

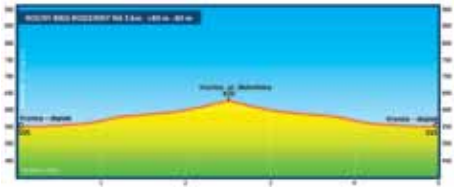
1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

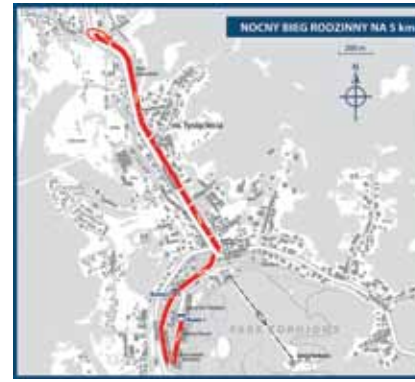
Klasyfikacja generalna rodzin:

1. miejsce - 500 zł
2. miejsce - 400 zł
3. miejsce - 300 zł

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki

Ministerstwo
Sportu i Turystyki





Bieg na 3 km

7.09.2019

Start masowy: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2)

Meta: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2)

Serie startowe kobiet / mężczyzn (po ok. 50 osób w serii)**:**

- seria kobiet – numery startowe do 3927, godz. 16:30
- seria kobiet - numery startowe od 3930 do 4777, godz. 16:55
- seria kobiet - numery startowe od 4782, godz. 17:20
- seria mężczyzn - numery startowe do 3203, godz. 17:45
- seria mężczyzn - numery startowe od 3205 do 3942, godz. 18:10
- seria mężczyzn - numery startowe od 3953 do 4915, godz. 18:35
- seria mężczyzn - numery startowe od 4933, godz. 19:25

Ostatnie dwie serie mężczyzn w harmonogramie startów rozdzieli seria biegu na 3 km Brubeck Iron Run.

Limit czasu: 25'

Klasyfikacje: open K/M (najlepsze wyniki z wszystkich serii)

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Krynicka Mila 1609m

6.09.2019

Start seriami: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Serie finałowe:

- seria kobiet 13-39 lat, godz. 18:00
- seria mężczyzn 13-39 lat, godz. 18:10
- seria kobiet 40 lat i powyżej, godz. 18:20
- seria mężczyzn 40 lat i powyżej, godz. 18:30

Limit czasu: 10'

Klasyfikacje: kategorie wiekowe K/M do 13-39 lat / 40 lat i powyżej

Nagrody:

Klasyfikacje wiekowe K/M do 13-39 lat / 40 lat i powyżej:

1. miejsce - 300 zł
2. miejsce - 200 zł
3. miejsce - 100 zł

Bieg „1 km dalej od cukrzycy”

8.09.2019

Start seriami: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Serie startowe:

- 13-14 lat - godz. 13:00
- 15-16 lat - godz. 13:10
- 17 lat - godz. 13:20
- 18 lat i więcej: kobiety - godz. 13:30 / mężczyźni - godz. 13:40

Limit czasu: 10’

Klasyfikacje: open K/M, kat. wiekowe: 13-14, 15-16, 17 lat

Nagrody:

Kategorie młodzieżowe (13-14, 15-16, 17 lat):
1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Open K/M (18+ lat):
1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Partner konkurencji:

Bieg w Krawacie 600m

6.09.2019

Start seriami: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2), od godz. 19:10

2 serie mężczyzn

1 seria kobiet

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Klasyfikacje: open K/M

Nagrody:

Open K/M:
1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Lamberg Bieg Kobiet 600m

7.09.2019

Start seriami: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2), od godz. 10:00

Łącznie 5 serii: (po ok. 35 zawodniczek w serii)

- 1 seria: numery startowe do 3190
- 2 seria: numery startowe od 3201 do 4001
- 3 seria: numery startowe od 4015 do 4519
- 4 seria: numery startowe od 4522 do 4782
- 5 seria: numery startowe od 4789 i wyższe



Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Klasyfikacja open K (najlepsze czasy ze wszystkich serii)

Nagrody:

Open K:

1. miejsce - 300 zł

2. miejsce - 200 zł

3. miejsce - 100 zł

Partner Tytularny konkurencji:

LAMBERG

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki

Ministerstwo Sportu i Turystyki



Bieg Przebierańców 600m

7.09.2019

Start masowy: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2), godz. 14:30

Meta: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2)

Klasyfikacja: najlepsze przebrania indywidualne i drużynowe (bez pomiaru czasu)

Nagrody:

Open (bez podziału na płeć):

1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Drużyny (2 osoby i więcej, dowolne składy):

1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Prezentmarzeń



Sztafeta deptaka 4x1200m

7.09.2019

Start masowy drużyn: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2), godz. 15:30

Meta: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2)

Po odebraniu pakietów startowych przez członków zespołów, kapitanowie drużyn zgłaszają się do punktu rejestracji sztafet, gdzie odbierają naklejki na numery startowe (do przyklejenia w prawym górnym rogu numeru). Na starcie otrzymują od sędziów pałeczki, które po zakończeniu rywalizacji należy zwrócić.

Klasyfikacja: Open drużyn (4 osoby, dowolne składy drużyn):

Nagrody:

Open drużyn:

1. miejsce - nagroda rzeczowa dla drużyny
2. miejsce - nagroda rzeczowa dla drużyny
3. miejsce - nagroda rzeczowa dla drużyny

Bieg Młodzieży i Kibiców - Bieg o Jabłko Łąckie 600m

8.09.2019

Start seriami: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2)

Kobiety – godz. 14:00, Mężczyźni – godz. 14:15

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Klasyfikacje: Open K/M

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Partnerzy biegu:

Gmina Łącko, Łącki Bank Spółdzielczy

i Sądecka Grupa Producentów Owoców i Warzyw „Owoc Łącki" Sp. z o.o

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki

Górskie Mistrzostwa Polski w Nordic Walking 5 km

7.09.2019

Przewyższenie +/- 160m

Start masowy: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 8:30

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), do godz. 9:30

Limit czasu: 1h

W przypadku niezmieszczenia się w limicie czasu, zawodnik zobowiązany jest do zejścia z trasy.

Zasady rywalizacji: wg przepisów nordic walking dostępnych w portalu www.festiwalbiegow.pl w sekcji Festiwal Biegowy.

Kontrola prawidłowego przebiegu konkurencji: na trasie obecni będą sędziowie, zawodnik ukarany czerwoną kartką musi zejść z trasy.

Klasyfikacje: Open K/M i kategorie wiekowe 13-19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+ lat:

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - 500 zł

2. miejsce - 300 zł

3. miejsce - 200 zł

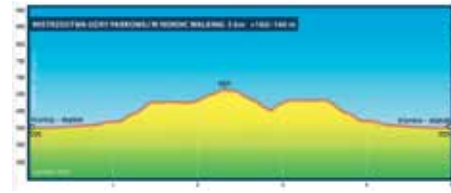
Kategorie wiekowe K/M (13-19, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+ lat):

1. miejsce - nagroda rzeczowa

Nagrody w klasyfikacji open i wiekowych nie dublują się

Nagrody w kategoriach open ufundował Pan Stanisław Bisztyga, Radny Województwa Małopolskiego





Marsz Nordic Walking „Przegoń Zawał" 2 km

7.09.2019

Start masowy: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1), godz. 11:30

Meta: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2)

Przemarsz rekreacyjny, bez klasyfikacji i nagród

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki

Ministerstwo Sportu i Turystyki

Mistrzostwa Polski w Hill Nordic Walking 2,6 km

8.09.2019

Przewyższenie +470m

Start masowy: Jaworzyna Krynicka, dolna stacja kolejki gondolowej, godz.: 11:00.

Meta: Jaworzyna Krynica, górna stacja kolejki gondolowej

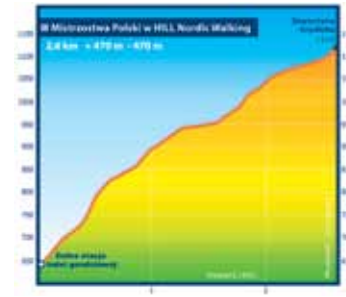
Limit czasu: 45'



Zasady rywalizacji: wg przepisów nordic walking dostępnych w portalu www.festiwalbiegow.pl w sekcji Festiwal Biegowy > Dla Uczestników > Program sportowy > Górskie Mistrzostwa Polski w Nordic Walking (załącznik).

Kontrola prawidłowego przebiegu konkurencji: na trasie obecni będą sędziowie, zawodnik ukarany czerwoną kartką musi zejść z trasy.

Transport na start / powrót do Krynicy - tylko opłacone przejazdy, wstęp do autokaru na podstawie opaski z pakietu startowego. Zbiórka biegaczy przed odjazdem autokarów na ul. Ebersa w Krynicy od godz. 9:15. Odjazd o 9:45. Powrót do Krynicy autokarami po zakończeniu konkurencji. Zbiórka i odjazd przed dolną stacją kolejki gondolowej. Ostatni autokar odjedzie o godz. 14:00.



Uprzejmie prosimy o punktualne przybycie na miejsce zbiórek. Ze względów organizacyjnych autokary nie będą mogły czekać na spóźnionych zawodników.

Schemat wsiadania do autokaru: otwarte drzwi ma tylko pierwszy autokar. Wolontariusz wpuszcza tylu zawodników ile jest miejsc w autokarze (maksymalnie 50 osób). Kiedy pojazd się zapełni, wówczas odjeżdża, a na jego miejsce podjeżdża kolejny, otwiera tylko przednie drzwi i schemat się powtarza, aż do ostatniego autokaru.

Na miejscu zbiórek będą obecni wolontariusze, którzy zajmą się koordynacją sposobu wsiadania do autokarów oraz odjazdem pojazdów. Pojazdy będą oznaczone tablicami z nazwą biegu, który obsługują.

Klasyfikacje: open K/M i wiekowe 18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+ lat

Nagrody:

Open K/M:

1. miejsce - 300 zł

2. miejsce - 200 zł

3. miejsce - 100 zł

Kategorie wiekowe K/M (18-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+ lat):

1. miejsce - nagroda rzeczowa

Nagrody w kategoriach open i wiekowych nie dublują się.

Partner konkurencji:

JAWORZYNA KRYNICKA
GRUPA PKL

Biegi dzieci do lat 8, 300m

8.09.2019

Start seriami: Krynica-Zdrój, u zbiegu Al. Nowotarskiego i Bulwarów Dietla (brama 3), godz. 8:00
Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)
Serie startowe:

- dziewczynki do lat 4 (roczniki 2019, 2018, 2017, 2016, 2015)
- chłopcy do lat 4 (roczniki 2019, 2018, 2017, 2016, 2015)
- dziewczynki do lat 6 (roczniki 2014, 2013)
- chłopcy do lat 6 (roczniki 2014, 2013)
- dziewczynki 7-8 lat (roczniki 2012, 2011)
- chłopcy 7-8 lat (roczniki 2012, 2011)

Zbiórka uczestników przy fontannie (obok namiotu Brubeck Iron Run) o godz. 7:45.
Dzieciom na trasie mogą towarzyszyć rodzice lub opiekunowie.
Klasyfikacje: do 4 lat, do 6 lat, 7-8 lat chłopcy / dziewczynki
Nagrody:
Klasyfikacje wiekowe chłopców/dziewczynek (do 4 lat, 5-6, 7-8 lat):
1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Partnerzy konkurencji

Biegi dzieci 9-12 lat, 600m

7.09.2019

Start seriami: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2), godz. 13:00
Meta: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2)
Serie startowe:

- dziewczynki 9-10 lat (roczniki 2010, 2009)
- chłopcy 9-10 lat (roczniki 2010, 2009)
- dziewczynki 11-12 lat (roczniki 2008, 2007)
- chłopcy 11-12 lat (roczniki 2008, 2007)

Zbiórka uczestników przy fontannie (obok namiotu Brubeck Iron Run) o godz. 7:45.
Klasyfikacje wiekowe chłopcy / dziewczynek (9-10, 11-12 lat)
Nagrody:
Klasyfikacje wiekowe chłopców/dziewczynek (do 4 lat, 5-6, 7-8 lat):
1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Partnerzy konkurencji

Zadanie publiczne dofinansowane ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki

Ministerstwo Sportu i Turystyki

Bieg Małopolski 600m

6.09.2019

Zgłoszenia: tylko uczniowie szkół z woj. małopolskiego. Zgłoszenia przez nauczyciela / opiekuna do Fundacji „Festiwal Biegów"

Start: Krynica-Zdrój, Bulwary Dietla (brama 2), zbiórka przy fontannie od godz. 12:45

Meta: Krynica-Zdrój, deptak (brama 1)

Eliminacje: od godz. 14:00

Start szkołami bez podziału na kategorie wiekowe (dziewczęta i chłopcy razem)

Finały: od 16:30

Do finałów kwalifikuje się po 25 najszybszych dziewcząt i 25 najszybszych chłopców z każdej kategorii wg czasów z eliminacji.

W finałach młodzież startuje podzielona na 4 kategorie wiekowe (dziewczęta i chłopcy razem):

- Szkoła podstawowa klasy 1-3
- Szkoła podstawowa klasy 4-6
- Szkoła Podstawowa klasy 7-8 i Gimnazja
- Szkoły średnie

O zakwalifikowaniu do kategorii decyduje rok urodzenia.

Poczęstunek:

Piątek 7 września w godz. 13:00-17:00 w Pijalni Głównej

Nagrody:

Kategorie wiekowe chłopców / dziewcząt (SP klasy 1-3, SP klasy 4-6, SP klasy 7-8 i Gimnazja, Szkoły średnie)

1. miejsce - nagroda rzeczowa
2. miejsce - nagroda rzeczowa
3. miejsce - nagroda rzeczowa

Patronat honorowy:
Witold Kozłowski - Marszałek Województwa Małopolskiego

MAŁOPOLSKA

BRUBECK IRON RUN 100 mil (160 km)

Zasady rywalizacji: Biegowa etapówka. W ciągu trzech dni zawodnicy startują w biegach górskich i ulicznych. Końcowy wynik zawodnika tworzy suma czasów ze wszystkich etapów. Zawodnik, który nie ukończy danej konkurencji / nie zmieści się w wyznaczonym limicie czasu odpada z dalszej rywalizacji i NIE może startować w kolejnych konkurencjach z numerem startowym Brubeck Iron Run.

Uczestnicy Brubeck Iron Run nie będą klasyfikowani w poszczególnych biegach. Wyniki Brubeck Iron Run nie są zaliczane do Ligi Festiwalu Biegów.

Zawodnicy, którzy przystąpią i ukończą Ultramaraton 80 km otrzymają 4 pkt ITRA / UTMB

Odprawa:

Piątek 6 września godz. 17:00 (namiot Brubeck Iron Run) – odprawa obowiązkowa

Program startów / limity czasowe:

Piątek 6 września:

17:50 Krynicka Mila – start wspólny (brama 1), limit trasy 7'

19:00 Bieg na dystansie 15 km - bieg pościgowy (brama 1), limit trasy 1h40'

22:30 Bieg Nocny na dystansie 7 km - start interwałowy (brama 1), limit trasy 45'

Sobota 7 września:

4:00 Ultramaraton 80 km - bieg pościgowy (start Rytro), limit trasy 13h, limity punktów serwisowych do ew. zwiezienia zawodników autokarem do Krynicy: 47. km - do godz. 14:00, 58. km - do godz. 16:00, 69. km - do godz. 18:00*

19:00 Bieg na 3 km - bieg pościgowy dla zawodników do 3' straty do lidera, pozostali start interwałowy co 3" (brama 2), limit trasy 18'

22:00 Nocny Bieg na dystansie 5 km - start interwałowy (brama 1), limit trasy 30'

Niedziela 8 września:

7:00 Koral Maraton - start interwałowy (brama 1), limit 4h30', limit do ew. zwiezienia zawodników autokarem do Krynicy: 25. km – do godz. 11:30*.

13:30 Bieg na Jaworzynę - bieg pościgowy dla zawodników do 3' straty do zwycięzcy, pozostali start interwałowy co 5" (dolna stacja kolejki gondolowej na Jaworzynę Krynicką), bez limitu czasu

15:00 Bieg na 1 km - start wspólny (brama 1), bez limitu czasu

**Limity mają charakter wyłącznie organizacyjny i dotyczą godzin funkcjonowania punktów serwisowych oraz godzin odjazdów autokarów z zawodnikami do Krynicy. Limity nie mogą być utożsamiane z wzorcową strategią pokonania trasy biegów – każdy uczestnik winien dostosować tempo biegu do własnych możliwości i LIMITU OGÓLNEGO danej konkurencji.*

W przypadku nie zmieszczenia się w limicie czasu ultramaratonu 80 km lub maratonu, powrót do Krynicy autokarem podstawionym na punkty serwisowe / pojazdem z napisem „Koniec biegu"

Transport na start ultramaratonu 80 km (Rytro) oraz Biegu na Jaworzynę (Jaworzyna Krynicka):

Ultramaraton 80 km - zbiórka zawodników od godz. 2:00 na ul. Ebersa w Krynicy Zdroju, autokary wyjadą o godz. 2:30.

Bieg na Jaworzynę - zbiórka zawodników od godz. 12:30 na ul. Ebersa w Krynicy Zdroju, autokary wyjadą z Krynicy o godz. 12:40 i zawiozą zawodników pod dolną stację kolejki gondolowej. Autokary czekają aż zawodnicy po ukończeniu biegu zjadą kolejką do dolnej stacji (na miejsce startu). Ostatni autokar odjedzie o godz. 14:30.

BRUBECK IRON RUN:

Uprzejmie prosimy o punktualne przybycie na miejsce zbiórki. Ze względów organizacyjnych autokary nie będą mogły czekać na spóźnionych zawodników.

Schemat wsiadania do autokaru: otwarte drzwi ma tylko pierwszy autokar. Wolontariusz wpuszcza tylu zawodników ile jest miejsc w autokarze (maksymalnie 50 osób). Kiedy pojazd się zapełni, wówczas odjeżdża, a na jego miejsce podjeżdża kolejny, otwiera tylko przednie drzwi i schemat się powtarza, aż do ostatniego autokaru.

Na miejscu zbiórek będą obecni wolontariusze, którzy zajmą się koordynacją sposobu wsiadania do autokarów oraz odjazdem pojazdów. Pojazdy będą oznaczone tablicami z nazwą biegu, który obsługują.

Udogodnienia dla zawodników:

- namiot Brubeck Iron Run - wyposażony w krzesła, stoliki, kuchenki mikrofalowe, sugerowane zabranie karimaty do namiotu,
- masaże - stanowiska w namiocie między Starym Domem Zdrojowym a fontanną, patrz godziny funkcjonowania,
- woda i żywność w namiocie Brubeck Iron Run (możliwość podgrzania) oraz na punktach serwisowych poszczególnych biegów.

Klasyfikacje: open kobiet, wiekowe mężczyzn 18-39 lat / 40+ lat

Nagrody:

Open K:

1. miejsce - 2 000 zł

2. miejsce - 1 500 zł

3. miejsce - 1 000 zł

Klasyfikacje wiekowe M (do 39 lat / 40+ lat):

1. miejsce - 2 000 zł

2. miejsce - 1 500 zł

3. miejsce - 1 000 zł

4. miejsce - 900 zł

5. miejsce - 800 zł

6. miejsce - 700 zł

7. miejsce - 600 zł

8. miejsce - 500 zł

Koszulki finiszera

Uczestnicy biegu mają szansę na główną nagrodę 10. TAURON Festiwalu Biegowego – samochód osobowy. Nagrodę ufundowało Przedsiębiorstwo Produkcji Lodów „Koral".

Partner tytularny konkurencji:

Krynica-Zdrój - najbardziej rozbiegane uzdrowisko w Polsce!

Krynica-Zdrój to gmina uzdrowiskowa o szczególnych walorach klimatycznych, leczniczych, turystycznych, rekreacyjnych i sportowych. Swoją sławę zawdzięcza znakomitym wodom leczniczym. Miasto ma bardzo ciekawą architekturę, wspaniałe monumentalne sanatoria i domy wczasowe będące dziełem najwybitniejszych architektów. Kurort może się pochwalić najdłuższą i najnowocześniejszą w Polsce kolejką gondolową na Jaworzynę Krynicką. Wokół kolejki wyrosła bogata infrastruktura do uprawiania sportów i wypoczynku - wypożyczalnie sprzętu, szkółki narciarskie, restauracje, karczmy i punkty gastronomiczne, które oferują specjały kuchni regionalnej.

Co warto zobaczyć i co robić w Krynicy-Zdroju?

Pijalnia Główna

Pijalnia wód mineralnych, gdzie serwowane są takie wody jak: Jan, Słotwinka, Tadeusz, Zdrój Główny, Zuber. W przeszklonym budynku Pijalni znajduje się sala koncertowa na 350 osób i ogród zimowy.

Jaworzyna Krynicka (Czarny Potok 75)

Najwyższy szczyt we wschodniej części Beskidu Sądeckiego (1114 m.n.p.m) - jednego z głównych celów wycieczek gości przybywających do Krynicy-Zdroju i obowiązkowa miejscówka dla miłośników wycieczek górskich. Na szczyt można też wjechać Koleją Gondolową - najdłuższą i najnowocześniejszą koleją tego typu w Polsce i bez wątpienia jedną z największych atrakcji Krynicy. Kursuje ona pomiędzy dolną stacją położoną w dolinie Czarnego Potoku a szczytem.

Muzeum Zabawek (Krynica, ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 2).

„W zbiorach muzeum znajdują się m.in. teatrzyki domowe, wystawa LEGO, zabawki pochodzące z filmów, lalki wraz z akcesoriami, zabawki blaszane, militaria chłopięce, klocki, zwierzątka, zabawki optyczne oraz samograje. Jedną z atrakcji Muzeum Zabawek w Krynicy jest w pełni wyposażona mini klasa szkolna sprzed 50 lat" - czytamy na stronie muzeum, które spodoba się i dzieciom i dorosłym.

Park Linowy w Czarnym Potoku (Czarny Potok 69)

Na dzieci i dorosłych czeka aż 9 tras o różnym stopniu trudności - bąbel, maluch, niska, średnia - zielona, średnia niebieska, wysoka, extreme - oraz dwie trasy zjazdowe. Dodatkowe atrakcje to m.in. big swing - skok wahadłowy.

Kolejka na Górę Parkową

Dolna jej stacja (584 m n.p.m.) znajduje się tuż obok deptaku krynickiego. Górna zaś stacja na szczycie Góry Parkowej (732 m n. p. m.). Długość trasy ciągnącej się w linii prostej wynosi 642 m, różnica poziomów wynosi 148 m. Góra Parkowa sama w sobie stanowi częsty cel rodzinnych wycieczek. Z tych atrakcji, dzięki trasom opartym na siatkach, mogą korzystać nawet maluchy.

Przy okazji wizyty na Górze Parkowej warto odwiedzić także Rajskie Ślizgawki, czyli rurowe zjeżdżalnie o 12-metrowej różnicy wysokości.

Muzeum Nikifora (Krynica, Bulwary Dietla 19)

Miejsce doznań artystycznych. Zgromadzono tu kolorowe prace jednego z najbardziej znanych malarzy intuicyjnych. „Są tu obrazy Nikifora pochodzące z wszystkich okresów jego twórczości; zarówno akwarele, gwasze, jak i rysunki prezentujące różnoraką, charakterystyczną dla twórczości artysty tematykę: pejzaże z cerkwiami i kościołami, architekturę krynicką, wnętrza, dworce, urzędy, „fabryki dolarów", portrety" - opisuje strona obiektu, w którym oprócz obrazów można zobaczyć również jego warsztat pracy.

Podczas remontu Muzeum ekspozycję można oglądać w Nowym Domu Zdrojowym.

Krynica -Zdrój całym sercem

Muszyna - po zdrowie, urodę i zabawę!

Miasto i Gmina Uzdrowiskowa Muszyna to magiczny górski zakątek kraju, położony nad rzeką Po- prad. Miasto rozwinęło się w średniowieczu dzięki położeniu przy trakcie węgierskim, a o jego historii świadczą zbiory muzealne i zabytki: ruiny zamku, zespół dworski, średniowieczny układ urbanistyczny rynku, barokowy kościół obronny oraz drewniane cerkwie.

Obecnie jest to to prężnie rozwijające się uzdrowisko, z licznymi sanatoriami i obiektami SPA oferującymi leczenie schorzeń cywilizacyjnych oraz regenerację i przywracanie sił witalnych. Na turystów czekają pijalnie wód mineralnych, ponad 4000 miejsc noclegowych, liczne szlaki piesze, konne, rowerowe, wyciągi narciarskie, korty tenisowe, baseny, skatepark, boiska sportowe, trzy rezerwaty i niezliczona ilość pomników przyrody, a w okresie letnim cotygodniowe imprezy kulturalno-rozrywkowe.

Co warto zobaczyć i co robić w Muszynie?

- Cerkwie / Kapliczki / Cmentarz Żydowski
- Ścieżka ornitologiczna / Ogrody Biblijne / Ogrody Sensoryczne / Las Lipowy
- Muzeum Regionalne
- Stacja Narciarska Dwie Doliny Muszyna-Wierchomla

Więcej informacji: www.muszyna.pl



SPONSOR TYTULARNY FESTIWALU BIEGOWEGO

TAURON

PARTNER TYTULARNY MARATONU

KORAL

PARTNERZY ŻYCIOWEJ DZIESIĄTKI

MUSZYNIANKA • MUSZYNA

PARTNER TYTULARNY KONKURENCJI IRON RUN

BRUBECK

PARTNERZY BIEGU 7 DOLIN 35 KM

INTERREG POLSKA-SŁOWACJA

MINISTERSTWO INWESTYCJI I ROZWOJU

CENTRUM PROJEKTÓW EUROPEJSKICH

VISEGRAD FUND

PARTNER RUNEK RUN 22KM

MINISTERSTWO OBRONY NARODOWEJ

WOJSKO POLSKIE

GŁÓWNY PARTNER TECHNICZNY FESTIWALU

POWER CANVAS

PARTNER BIEGÓW DZIECI

KUBUŚ

PARTNER PASTA PARTY

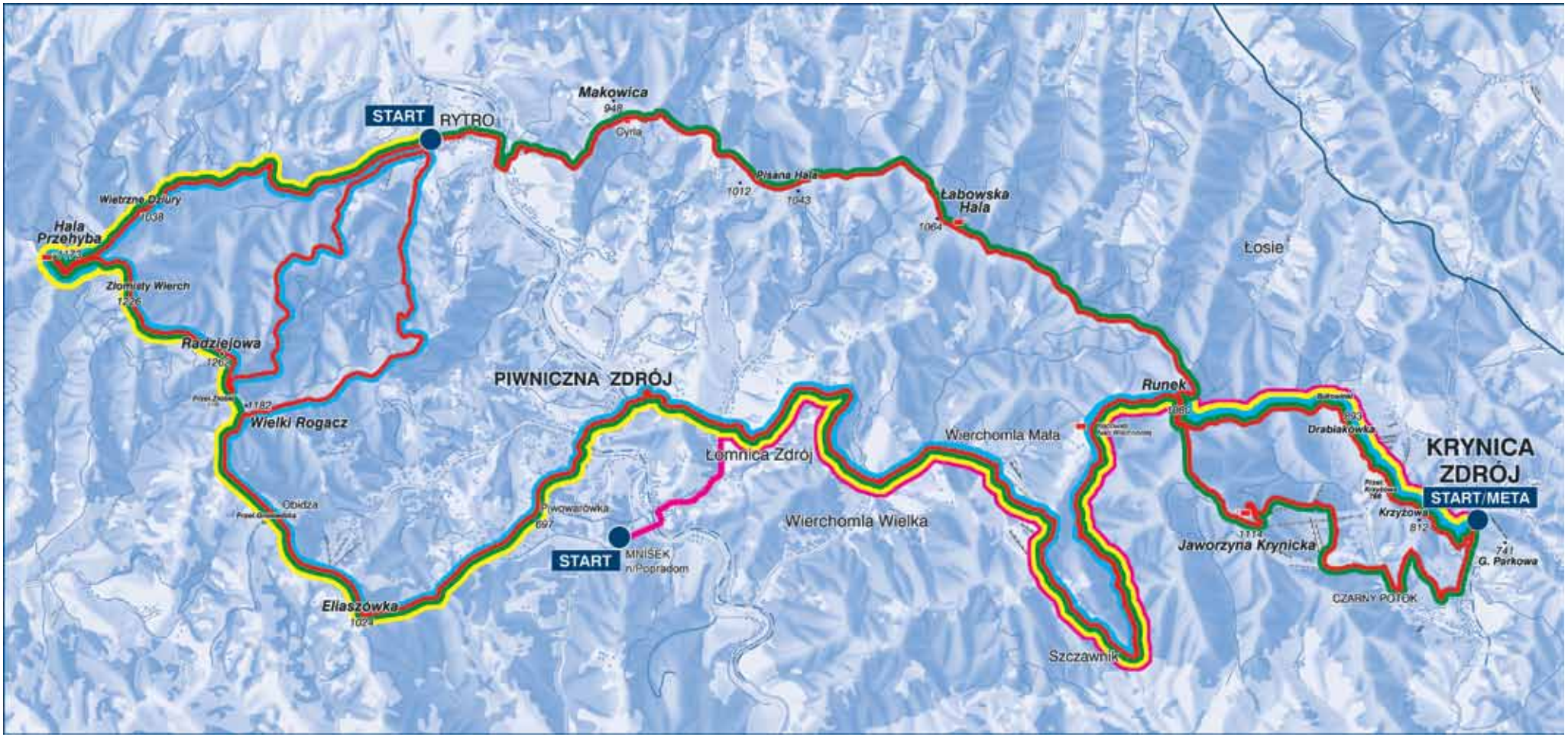
ŁOWICZ • LUBELLA

PARTNERZY

Małopolska	Gmina Krynica-Zdrój	Uzdrowisko Krynica-Żegiestów S.A.
Ministerstwo Sportu i Turystyki	PZU S.A.	MOSIR w Krynicy-Zdroju
Bakalland	Galicjanka	Zdrowy Projekt
Galaktyka	PWSZ Nowy Sącz	Kolej Gondolowa Jaworzyna Krynicka S.A.
Prezent marzeń	Diadora	AdRunaLine
Audictus	4 points	Garmin
Fitness Authority®	ATTIQ	SAXX
BUFF	HOKA ONE ONE	Ledlenser
Nessi Sporstwear	Royal Bay	Salming
SPEEDJOGG MARATON PAPU	Sportimpex	Stimium
TOPO Athletic	WWW.ALPINASPORTOWA.PL	#POLSKAŚWINIA
Nadleśnictwo Myślenice	Gmina Chełmiec	Gmina Łużna
Powiat Bocheński	Miasto i Gmina Piwniczna Zdrój	Gmina Biecz
Szkoła Podstawowa w Andrzejówce	Szkoła Podstawowa im. Królowej Jadwigi w Wysokiem	Szkoła Podstawowa w im. JPII w Łososinie Dolnej
Samorządowe Centrum Edukacji Szkolnej w Tyliczu	Szkoła Podstawowa im. Armii Krajowej w Gródku	Szkoła Podstawowa w Mochnacze Wyżnej
Zespół Szkolno - Przedszkolny w Złockiem	Zespół Szkolno - Przedszkolny nr 1 w Krynicy-Zdroju	Powiatowy Zespół Szkół w Muszynie

POLECANE HOTELE

Flora	OSW Hajduczek
Hotel Czarny Potok Resort SPA & Conference	Silesia Krynica
Hotel SPA Dr Irena Eris Krynica Zdrój	Willa Endorfina



Bieg 7 Dolin 117 km

- Krynica
- Jaworzyna Krynicka
- Łabowska Hala
- Rytro
- Hala Przehyba
- Radziejowa
- Rytro
- Wielki Rogacz
- Eliaszówka
- Piwniczna-Zdrój
- Łomnica-Zdrój
- Szczawnik
- Runek
- Krynica

Bieg 7 Dolin 100 km
Drużynowy Bieg 7 Dolin 100 km

- Krynica
- Jaworzyna Krynicka
- Łabowska Hala
- Rytro
- Hala Przehyba
- Radziejowa
- Eliaszówka
- Piwniczna-Zdrój
- Łomnica-Zdrój
- Szczawnik
- Runek
- Krynica

Bieg 7 Dolin 80 km
Brubeck Iron Run 80 km

- Rytro
- Hala Przehyba
- Radziejowa
- Rytro
- Wielki Rogacz
- Eliaszówka
- Piwniczna-Zdrój
- Łomnica-Zdrój
- Szczawnik
- Runek
- Krynica

Bieg 7 Dolin 64 km

- Rytro
- Hala Przehyba
- Radziejowa
- Eliaszówka
- Piwniczna-Zdrój
- Łomnica-Zdrój
- Szczawnik
- Runek
- Krynica

Bieg 7 Dolin - VisegRun with Interreg PL-SK 35 km

- Mniszek nad Popradem (SVK)
- Łomnica-Zdrój
- Szczawnik
- Runek
- Krynica

Szczegółowe informacje, mapy:

PARTNERZY MEDIALNI

Rzeczpospolita

onet

Polskie Radio

Trójka

Radio Kraków

Czwórka

Przegląd Sportowy

SportoweFakty

Gość

Sieci

wprost

Do Rzeczy

Polish Market

Newsweek

Manager

Sądeczanin

Głos Seniora

TVL

Czas na bieganie

King Runner

maluchy.pl

Ultra

Festiwal Biegów

SPONSOR TYTULARNY

TAURON

www.festiwalbiegow.pl