

Правила за участие

Тракия Ултра 2021

Въведение

Моля, запознайте се внимателно с правилата за участие в Тракия Ултра. Нарушаването им може да доведе до добавяне на наказателно време към Вашия резултат или до незабавна дисквалификация!

Околна среда

1. Състезателите са длъжни да се движат само по обозначеното трасе като през цялото време се намират върху пътя/пътеката.
2. Забранено е изхвърлянето на всякакъв вид отпадъци по трасето и около него.
3. С цел намаляване на отпадъците на контролните пунктове няма да има пластмасови чаши и бутилки за вода. Всички състезатели трябва да носят със себе си подходящ съд, в който могат да получат вода и други напитки на контролните пунктове.
4. Използването на туристически щеки е разрешено. Не се допуска оставянето на щеки по пунктовете. Състезателят, който е стартирал със щеки е длъжен да финишира с тях.
5. С цел намаляване на ефекта върху околната среда се препоръчва зрителите и поддръжниците на състезателите да използват обществен транспорт, когато това е възможно.

Извънредни ситуации и отношения с несъстезатели

1. Всички състезатели са задължени да следват стриктно указанията, дадени от съдиите и останалия организационен персонал.
2. Всички състезатели са длъжни да окажат помощ на всеки човек – друг състезател, съдия, персонал на контролните пунктове, както и зрители и туристи в случай на нужда, независимо от евентуалното забавяне, което може да бъде причинено от това.
3. Ако попаднете в опасна ситуация заедно с други хора, моля - погрижете се първо за собствената си безопасност преди да окажете помощ на околните.
4. Трасето на състезанието преминава през публична и частна собственост и няма да бъде затворено за хора, които не участват в състезанието! Уверете се, че ги задминавате/се разминавате по безопасен за всички начин, дори това да означава да намалите темпото си или дори да спрете в случай на нужда!

5. Части от трасето преминават през населени места. Моля, постарайте се да не вдигате излишен шум, когато преминавате през тях през нощта.
6. При преминаване през населени места и движение по автомобилни пътища, моля спазвайте правилата за движение по пътищата на Република България! Състезанията Тракия Ултра и Ягодинска Пещера Ултра, пресичат основна пътна артерия - моля бъдете особено внимателни в такива участъци!
7. Лекарите, членове на медицински екипи, членове на спасителни екипи, доброволци, както и всички оторизирани от организаторите лица имат правото да спрат от участие състезател ако преценят, че състоянието им не позволява по нататъшно участие в състезанията. Решението им влиза в сила незабавно!

Подкрепителни пунктове

1. По протежение на състезателното трасе организаторите ще изградят подкрепителни и контролни пунктове на подходящи за целта места. Тези пунктове ще предлагат вода, спортни напитки и храна на състезателите.
2. Храната и водата на подкрепителните пунктове е предназначена единствено за официално регистрираните.
3. На състезателите е разрешено да получават помощ от външни лица само на определените за това места на територията на подкрепителните пунктове. Получаването на каквато и да е помощ от външни лица извън тях, освен в случаите на крайна необходимост, е недопустимо. Забранено е движението на нерегистрирани участници заедно със състезателите по трасето.
4. Пейсъри са разрешени за състезанията Ягодинска Пещера Ултра от с. Ягодина до финала.
5. На всеки подкрепителен пункт ще бъде поставена информационна табела, която ще съдържа информация за:
 - a. името на следващия пункт по трасето
 - b. разстояние до следващия пункт по трасето, положителна денивелация до следващия пункт по трасето
 - c. сумарна отрицателна денивелация до следващия пункт по трасето
 - d. контролно време за достигане на следващия пункт по трасето (където има поставено такова ограничение)
 - e. [опционално] наличие на източници на вода по трасето до следващия пункт
 - f. относителна трудност на прехода до следващия пункт

Външна помощ

Участниците могат да получават външна помощ (от несъстезатели) само на установените подкрепителни пунктове.

1. Всяка форма на външна помощ за участниците, с изключение на извънредни ситуации, обозначените подкрепителни пунктове и условията точка 2, е забранена.

2. Пейсърите са разрешени само за състезание Ягодинска Пещера Ултра от с. Ягодина до финала.
3. Участниците ще получат при регистрацията си найлонова торба с вместимост 35L с прикрепен състезателния номер на участника. В нея те могат да поставят необходими им дрехи и вещи и да я предадат на организаторите. Организаторите ще транспортират тази торба до пункт „с. Ягодина“, където тя ще бъде на разположение на състезателите. Организаторите ще транспортират обратно торбата и вещите в нея до старт/финала на състезанието, където участниците ще могат да получат своите вещи. Предвид характерът на мероприятияето организаторите не могат поемат отговорност за целостта на торбата и вещите в нея при транспортирането, ето защо не препоръчват в нея да не бъдат поставяни ценни вещи, пари и документи. В торбите е забранено поставянето на щеки!

Екипировка

Организаторите на състезанието си запазват правото да инспектират наличието на всички елементи от задължителната екипировка по време на състезанието. Липсата на всеки от тях ще доведе до дисквалификация на участника!

Задължителна екипировка

1. Източника на светлина.
2. Мобилен телефон със заредена батерия и възможност да провеждане на изходящи разговори на територията на Република България. Мобилните оператори в България предлагат покритие по стандартите GSM 900/1800 и UMTS 2100 MHz. Моля отбележете, че предвид спецификата на трасето това покритие не може да бъде гарантирано по цялото му протежение!
3. Съд за течности с вместимост поне 150 ml. На подкрепителните пунктове НЯМА да бъдат налични чаши и бутилки за еднократна употреба!
4. На старта и при напускането на всеки от подкрепителните пунктове всеки състезател е длъжен да има в себе си минимум 1L вода или подобни течности. По протежение на трасето има множество източници на вода – извори, потоци, чешми, които се приемат за достатъчно сигурни за питейни нужди, но организаторите не могат да поемат отговорност за тяхната пригодност и употреба.
5. Храна с енергийна равностойност на поне 1000 kcal.
6. Връхна дреха с водонепропускливост поне 10 000 mm воден стълб.
7. Алуминиево фолио (survival blanket) с размери поне 130 x 200 cm.
8. Свирка.
9. Състезателен номер, който следва да е фиксиран на гърдите, корема или предната част на бедрата и да е видим през цялото време на състезанието. Изключения се допускат само при крайно лоши метеорологични условия, когато номерът може да бъде покрит от връхни дрехи. В такъв случай състезателите

са длъжни да го показват винаги при поискване от официалните лица - предоставен от организаторите.

Препоръчителна екипировка

1. Компас и карта на района.
2. Подробна карта на местността,
3. GPS уред с карта на местността.
4. Туристически щетки.
5. Слънцезащитен крем.
6. Вазелин/крем против протриване.
7. Адекватна застраховка.
8. Пари в брой.
9. Ръкавици.

ОТМЯНА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

1. Организаторите си запазват правото да отменят или прекратят изцяло или частично състезанието във всеки един момент, когато това се налага от съображения за сигурност, в случаи пряко застрашаващи живота и здравето на участници или доброволци.
2. Организаторите си запазват правото да прекратят участието на един или повече състезатели ако преценят, че здравето или живота му са застрашени.

ЗАБРАНЕНИ ДЕЙСТВИЯ

1. Движение на състезателите извън състезателното трасе.
2. Получаване на помощ от несъстезатели извън определените за целта места.
3. Неспазване на указания на съдиите и длъжностните лица.
4. Липса на която и да е част от задължителната екипировка.
5. Не оказване на помощ на човек, изпаднал в беда на трасето.
6. Използване на вещества и практики, включени в забранителния списък на WADA.

ИЗИСКВАНИЯ КЪМ СЪСТЕЗАТЕЛИТЕ

1. До участие в състезанието се допускат само участници, навършили 18 години в деня на старта, които подписват декларация за съгласие с условията за провеждане на състезанието и освобождаване от отговорност на организаторите.
2. Състезателите трябва да бъдат подробно запознати с усилията, необходими за участие в планински ултрамаратони и да бъдат адекватно физически и психически подготвени.

3. Състезателите трябва да могат да се справят сами, без външна помощ, с всички рискове, които крие участието в планински ултрамаратон: умора, физически неразположения и наранявания, лоши климатични условия (дъжд, сняг, силен вятър, мъгла, кал, студ, горещини), ориентиране, придвижване през нощта.

Заклучение

Моля - помогнете ни да запазим планината и природата като се придържате стриктно към правилата на състезанието!