



REGULAMIN

V Półmaraton Forrest

Limanowa-Mordarka, dn. 19 września 2026 r. (sobota)

1. ORGANIZATOR:

- Klub Sportowy „Limanowa Forrest”

2. WSPÓŁPRACA:

- Grupa Podhalańska GOPR - Sekcja Operacyjna Limanowa
- Komenda Powiatowa Policji w Limanowej
- OSP Limanowa
- Związek Strzelecki „Strzelec” Jednostka Strzelecka 2402 Limanowa

3. CEL IMPREZY:

- Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej
- Promocja Miasta i Gminy Limanowa oraz Powiatu Limanowskiego jako idealnej bazy rekreacji ruchowej dla całej rodziny
- Upowszechnianie aktywnego wypoczynku ludzi w każdym wieku
- Integracja środowiska sportowego z Limanowszczyzny i z całej Polski

4. TERMIN:

Bieg odbędzie się w dniu 19 września 2026 r. (sobota), START – godz. 12:00

5. BAZA I BIURO ZAWODÓW:

Dolna stacja dawnego wyciągu narciarskiego „Limanowa-Ski” (biuro otwarte w godz. 9:30 do 11:30)

6. PROGRAM:

godz. 9:30-11:30 – weryfikacja zawodników
godz. 11:00-16:30 – depozyt
godz. 11:45 – przygotowanie do startu
godz. 12:00 – start zawodów
godz. 15:30 – zamknięcie linii mety
godz. 16:00 – ogłoszenie wstępnych wyników zwycięzców
godz. 16:30 – dekoracja zwycięzców w klasyfikacji generalnej i w poszczególnych kategoriach
godz. 17:00 – wspólna biesiada przy ognisku z muzyką na żywo

- W programie również:

Zbiórka pieniędzy na Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością „Przystań” im. Jana Pawła II w Tymbarku (gdyby nie to Stowarzyszenie, dzieci niepełnosprawne nie miałyby szans normalnie funkcjonować) .

7. TRASA:

- Trasa półmaratonu o podłożu zróżnicowanym. Przebiega po szlakach turystycznych, drogach leśnych, polnych, miejscami kamienistych, w niewielkiej części po asfalcie,
- Start i meta znajdują się w pobliżu biura zawodów (dolna stacja dawnego wyciągu narciarskiego).
- Długość trasy: ok. 21,1 km
- Różnica wysokości: ok. 1060 m
- Limit czasu: 3,5 h
- Punkty odżywcze: na 9,8 km - wieża pod Jaworzem oraz 16 km
- Mapa trasy: <https://tracedetrail.fr/fr/trace/351835>

8. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE:

- Naładowany telefon komórkowy z zapisanym numerem do organizatora - zalecamy zainstalowanie aplikacji RATUNEK
- Mapa trasy biegu wgrana na zegarek sportowy lub w aplikacji na telefonie
- Softflask / bidon / kubek na wodę o minimalnej pojemności 250 ml (zalecamy 500 ml)
- Folia NRC

9. KLASYFIKACJA:

1. W kategoriach K i M:

- OPEN kobiet i mężczyzn (K i M)
- Junior K i M - 16 (16-19 lat) - (2010 – 2007)
- Senior I K i M - 20 (20-29 lat) - (2006 – 1997)
- Senior II K i M - 30 (30-39 lat) - (1996 – 1987)
- Masters K i M - 40 (40-49 lat) - (1986 – 1977)
- Weteran I K i M - 50 (50-59 lat) - (1976 – 1967)
- Weteran II K i M - 60 /powyżej 60 lat/ - (1966 i starsi)

10. NAGRODY:

1. Klasyfikacja generalna kobiet w biegu: *

I miejsce -	600 zł
II miejsce -	500 zł
III miejsce -	400 zł

2. Klasyfikacja generalna mężczyzn w biegu: *

I miejsce -	600 zł
II miejsce -	500 zł
III miejsce -	400 zł

3. W kategoriach wiekowych K i M: miejsca I, II, III **

* Nagrody w kategoriach wiekowych i OPEN nie kumulują się.

** Nagrody rzeczowe lub finansowe w zależności od pozyskanych sponsorów.

*** Ponadto możliwość udziału w konkursie z nagrodami rzeczowymi dla Uczestników(za okazaniem nr startowego)

11. WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. W biegu mogą brać udział zawodnicy zrzeszeni i niezrzeszeni.
2. W biegu mogą brać udział osoby w wieku **16 lat (rocznik 2010 i starsi)**. Zawodnicy, którzy nie ukończyli 18 roku życia, muszą posiadać pisemną zgodę rodziców (lub prawnego opiekuna). **Zgoda na udział Zawodników poniżej 18 roku życia musi być podpisana przez rodzica w biurze zawodów.**
3. **Ustala się limit uczestników na 150 osób.** Decyduje kolejność wpłat, a w przypadku zwolnionych z opłaty startowej, kolejność zgłoszeń. Organizator dopuszcza możliwość zwiększenia lub zmniejszenia limitu startujących, przy czym zgłoszenie poza ustalonym limitem nie gwarantuje pełnych świadczeń.
4. Pisemne protesty przyjmuje Biuro Zawodów w terminie do 15 minut po zakończeniu biegu, które będą następnie rozpatrywane.
5. Do biegu zostaną dopuszczeni Zawodniczki i Zawodnicy, którzy:
 - a) dokonają zgłoszenia,
 - b) uiszcza opłatę startową,
 - c) zmieszczą się w limicie zgłoszonych i opłaconych,
 - d) **dokonają weryfikacji w Biurze Zawodów w dniu 19 września 2026 r. w godz. od 9:30 do 11:30. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać ważny dowód tożsamości ze zdjęciem.**

e) przedstawia aktualne zaświadczenie lekarskie, lub podpiszą oświadczenie o właściwym stanie zdrowia (w przypadku Zawodników, którzy do dnia 19.09.2026 r. nie ukończyli 18 roku życia, konieczny jest podpis rodzica lub opiekuna prawnego),

12. ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenie poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie <https://www.forrest-limanowa.pl/> - przekierowanie do firmy obsługującej pomiar czasu lub bezpośrednio na niej. **Oplaty startowej** można dokonywać **do dnia 5 września 2026 r.** Po tym dniu zapisy będą wyłączone. W przypadku wolnych miejsc mogą zostać uruchomione zapisy uzupełniające.

Zgłoszenie staje się ważne z chwilą uiszczenia opłaty startowej (przelewem na konto organizatora podane niżej)

13. OPŁATA STARTOWA:

1. W wysokości:

- a) **90 zł** dla wpłacających **do dnia 31 lipca 2026 r.**
- b) **100 zł** dla wpłacających **od dnia 1 sierpnia 2026 r. do dnia 20 sierpnia 2026 r.**
- c) **110 zł** dla wpłacających **od dnia 21 sierpnia 2026 r. do dnia 5 września 2026 r.**
- d) **130 zł** dla wpłacających **w dniu 19 września 2026 r. w biurze zawodów - tylko w wypadku wolnych miejsc!**

2. **Zwolnieni z opłaty startowej:**

- członkowie KS Limanowa Forrest

4. **Oplata startowa nie podlega zwrotowi, a jej uiszczenie bez osobistego stawienia się w Biurze Zawodów w dniu 19 września 2026 r. nie upoważnia do odbioru pakietu startowego przez inną osobę.**

5. **WPŁATY na konto - należy dokonywać na rachunek:**

Klub Sportowy "LIMANOWA FORREST"
ul. Zygmunta Augusta 10/20, 34-600 Limanowa

Bank Spółdzielczy w Limanowej

Nr konta: 27 8804 0000 0000 0017 5441 0001

Tytuł przelewu: Oplata startowa 5PółmaratonForrest Imię i Nazwisko

14. ŚWIADCZENIA:

Organizator w ramach opłaty startowej zapewnia:

- Wspaniałą biegową atmosferę,
- Zabezpieczenie i oznakowanie trasy,
- Zabezpieczenie i pomoc służb ratunkowych,
- Elektroniczny pomiar czasu,
- Pomoc wolontariuszy.

Ponadto Uczestnicy biegu otrzymają:

- Pakiet startowy,
- 2 punkty odżywcze na trasie,
- Pamiątkowy numer startowy,
- Pamiątkowy okolicznościowy medal (dla Zawodników, którzy ukończą bieg),
- Posiłek i napój na mecie.

15. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest jednoznaczne z akceptacją Regulaminu.
2. Zawodnik, który zrezygnuje z biegu przed jego rozpoczęciem lub w trakcie zobowiązany jest do niezwłocznego poinformowania Organizatora lub jego oznakowanego przedstawiciela o tym fakcie oraz do zwrotu transpondera. W przypadku uruchomienia akcji poszukiwawczej, wszelkie koszty akcji będą spoczywały na Uczestniku, który zaniechał udzielenia informacji o rezygnacji z biegu.
3. Zawodnicy mają obowiązek podporządkować się wszelkim poleceniom wydanym przez przedstawicieli Organizatora, w szczególności Służb Medycznych (na trasie i po zakończeniu biegu), niepodporządkowanie się może skutkować dyskwalifikacją.
4. Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
5. Uczestnicy biegu biorą w nim udział na własną odpowiedzialność. Organizator zaleca ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
6. W dniu biegu w godzinach 11:00 – 16:30 czynny będzie depozyt, w którym będzie można złożyć rzeczy zawodników zapakowane do worków dostarczonych przez organizatora. Wydawanie worków z depozytu będzie się odbywało za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora od odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę.
7. Organizator nie odpowiada za *rzeczy wartościowe* pozostawione w depozycie – jednak dopilnuje, aby rzeczy pozostawione w depozycie były przez cały czas pod opieką godnych zaufania wolontariuszy.
8. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu centralnie na klatce piersiowej lub do spodenek z przodu oraz transponder pomiarowy wsznurowany w but. Osoby uczestniczące w biegu, które nie posiadają numeru startowego będą usuwane z trasy. Po zakończeniu biegu **zawodnicy zobowiązani są do zwrotu numeru/transpondera zwrotnego lub opłaty odtworzeniowej 50 zł w przypadku jego zgubienia/zniszczenia.**
9. Zawodnicy biorący udział w zawodach zobowiązują się do nie zaśmiecania trasy biegu pod karą dyskwalifikacji.
10. Zawodnicy pokonujący trasę biegu w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
11. **Zawodnicy mają obowiązek poruszać się po wyznaczonej trasie biegu zgodnie z obowiązującymi zasadami Ruchu Drogowego oraz stosować się do poleceń służb porządkowych. Wszystkich zawodników w zakresie korzystania z dróg publicznych obowiązuje Ustawa Prawo o ruchu drogowym z dnia 20 czerwca 1997 r. z późn. zm.**
12. Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których poinformuje przed rozpoczęciem biegu.
13. Podczas biegu, Zawodników obowiązują zasady „Fair Play”, niniejszy regulamin oraz przepisy PZLA.
14. Pomiar czasu za pomocą transponderów.
15. **Zawodnicy zobowiązani są do sprawdzenia wyników i zgłoszenia ewentualnych reklamacji w trakcie ogłaszania wyników nieoficjalnych. Wyniki oficjalne nie podlegają reklamacji.**
16. Nieprzestrzeganie w/w Przepisów może skutkować ukaraniem zawodnika z dyskwalifikacją włącznie.
17. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
18. Za przebieg zawodów odpowiada Organizator.
19. Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga Organizator, a jego decyzje są ostateczne i niepodważalne.
20. Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy.

W razie wątpliwości i pytań, kontakt tel. do Organizatorów:

516 526 617 – Dawid Kotlarz

669 020 100 – Dariusz Biela

782 557 390 – Joanna Sułkowska

lub e-mail: limanowa.forrest.team@gmail.com

Limanowa, dn. 10 lipca 2026 r.

Zarząd Klubu Sportowego

"LIMANOWA FORREST"

ZAPRASZAMY!!! ☺