

תקנון המרוץ – 7-8.9.17

גולדפיש ספורט ועיריית חיפה גאים להציג את מרוץ חיפה אולטרה טרייל - HaifaUltraTrail, מרוץ לילה ייחודי שקורה בעיר ומסביב לה! חוויה קבוצתית ואישית של עיר וטבע, ביום ובלילה אנו מזמינים אתכם לקחת חלק באירוע שיהפוך למסורת.

- חיפה אולטרה טרייל הרביעי יתקיים בתאריך ה – 7-8.9.17, מרוץ אולטרה טרייל עירוני ראשון מסוגו בארץ. זהו מרוץ אולטרה ייחודי שבו קבוצות בגדלים שונים ויחידים יצטרכו להשלים מרחק רב בתוך תוואי מסלול משתנה בין שטח לעיר.
- אורכו של המרוץ 80 ק"מ והוא כולל 1800 מטר טיפוס מצטבר, חוויה של ריצה אורבנית בתוך העיר על בסיס שבילים, מדרכות ושילוב עם קטעי שטח שישולטו ויוכנו בנחלי האזור ושבילים מסומנים.

מקצי המרוץ:

1. אולטרה מרתון יחידים - 80 ק"מ
 2. אולטרה מרתון יחידים - 60 ק"מ
 3. מקצה 42 ק"מ יחידים
 4. מקצה 24 ק"מ יחידים
 5. מקצה מרוץ לילה 10 ק"מ מישוריים על קו החוף – יחידים
 6. מקצי השליחים המסורתיים לאורך 80 ק"מ – שלשות, רביעיות ושישיות.
- תחילתו וסיומו של המסלול בחוף הים (חוף דדו), המסלול הינו מעגלי וכולל 12 תחנות החלפה/רענון לאורך הדרך.

איך נרשמים?

איך ההרשמה לקבוצות עובדת:

- **שלב א :** פתיחת הקבוצה
 - הקפטן/ראש קבוצה פותח קבוצה חדשה ורק לאחר פתיחתה חברי הקבוצה רשאים להירשם.
- **שלב ב :**
 - הרצים בקבוצות שנפתחו יכולים להירשם, בעת הרישום יש לבחור את הקבוצה אליה רוצים להירשם.



רישום למקצים הבודדים:

- רישום יחידים - מתבצע באתר המרוץ בעמוד ההרשמה.

הרישום גם לפתיחת קבוצה (ראשי קבוצה/קפטנים) וגם לרצים מתבצע באותו מקום. לחצו להרשמה: [/http://ultratrailhaifa.co.il/sign](http://ultratrailhaifa.co.il/sign)

דגשי הרשמה:

- יש לשים לב לתאריכי ההרשמה ופתיחת הקבוצה.
- עליכם לוודא שקבוצתכם התמלאה באנשי הקבוצה ולמקצה הנכון.

גיל המשתתפים:

קבוצות:

- גיל מינימום לקפטנים להשתתפות 18 שנה ביום המרוץ.
- גיל מינימום לרצים הינו 16 שנה ביום המרוץ (מתחת לגיל 18 דרוש אישור הורים חתום בנוסף לשאר המסמכים עליהם צריך לחתום)

אולטרה מרתון 80 ק"מ ו - 60 ק"מ, מקצה 42 ק"מ ומקצה 24 ק"מ:

- גיל מינימום להשתתפות 18 שנה ביום המרוץ.
- גיל מינימום להשתתפות במקצה 24 ק"מ 16 שנה ביום המרוץ (מתחת לגיל 18 דרוש אישור הורים חתום בנוסף לשאר המסמכים עליהם צריך לחתום)

מקצה 10 ק"מ ק"מ:

- גיל מינימום להשתתפות 14 שנה ביום המרוץ (מתחת לגיל 18 דרוש אישור הורים חתום בנוסף לשאר המסמכים עליהם צריך לחתום)

תנאי השתתפות כלליים גם למקצי השליחים וגם ליחידים:

- טופס חתום של חברי הקבוצה בעת ההרשמה, הטפסים מהווים חלק בלתי נפרד מההרשמה וניתן להוריד אותם באתר ההרשמה באינטרנט.
- בעת הרשמה כל רץ ירשום זמן ריצה מדויק ככל האפשר, ל - 10 ק"מ על מנת שיתבצע תכנון הזנקות, הזנקות יתבצעו בדירוג ויפורסמו לפני המרוץ.
- חובה למלא ולחתום על הצהרת המשתתף (המסמכים מצורפים בסוף התקנון) משתתף מתחת לגיל 18 חייב לספק אישור הורים חתום בנוסף לשאר המסמכים.
- מקצה האולטרה מרתון ומקצה 42 ק"מ מחויב לאישור ארגומטריה בתוקף בנוסף להצהרת המשתתף.
- רצי אולטרה 80 ק"מ מחויבים להראות ניסיון בתחום וריצה לפחות בשנה של ריצת אולטרה מעל 50 ק"מ.





- מקצה 10 ק"מ ו - 24 ק"מ מחויבים בהעברת הצהרת המשתתף בלבד.

ביטול הרשמה:

- דמי ביטול לרצים שנרשמו - 40 ₪
- במקרה של ביטול יש להפנות את הבקשה למייל הזה בלבד:
<https://www.znook.co.il/ChangeRequest.aspx>
- **לא יהיה החזר ביטולים לאחר 27.8.17**
- עמלת שינוי הרשמה - 25 ₪
- שינויים כגון: שם קבוצה, גודל קבוצה וכו יש לשלוח את בקשתכם למייל הבא בלבד:
<https://www.znook.co.il/ChangeRequest.aspx> ולוודא שבוצע השינוי.



הוראות מקצה שליחים ובודדים

ביום המירוץ מקצה שליחים – התייחסות לרכבים

- הרכב המלווה ינוע מנקודת החלפה אחת לבאה אחריה תוך ציות לחוקי התנועה. חל איסור מוחלט להפריע לרצים או לנסוע על המסלול.
- אסור להחנות רכבים בסמוך לעמדות ההחלפה, אלא במרחק של 250 מטר מהן או במקומות החנייה שהוגדרו.
- לקבוצות של 3 מתחרים יותר רכב אחד שילווה בכל קטע – הרכב יסומן ורק לו יותר להיכנס לתחנת החלפה.
- קבוצות של 4/6 מתחרים יותר שימוש ביותר מרכב אחד, קבוצות אלו יקבלו סימון אחד שיועבר בין הרכבים לפני הכניסה לתחנת ההחלפה כלומר, רכב אחד יותר להיכנס בלבד בכל תחנה.
- בכל תחנת החלפה תסומן החנייה ותהיה הכוונה, נא להישמע להוראות הסדרנים ולהחנות בצורה מסודרת על מנת לא לפגוע במהלכו התקין של המרוץ.

ביום המירוץ מקצה שליחים ובודדים – התייחסות לרצים

- כל קבוצה/רץ תישא עליה את מספרי החזה בצורה בולטת, כל רץ ייקח על ידו את צמיד המרוץ שאותו הוא צרי להעביר הלאה לרץ הבא, העברת הצמידים תתבצע אך ורק בעמדת ההחלפה בפיקוח של המרשל במקום, רץ שייטפס ללא מספר עלול להיפסל מהמרוץ.
- לאורך המסלול יהיו שילוטם וסימונים שיובילו את תוואי הדרך.
- מרשלים בנקודות ההחלפה וסדרנים בנקודות הקריטיות יכוונו וייתנו מענה לכל בעיה.
- משקיעה ועד זריחה חובה על הרצים לרוץ עם אור אדום מהבהב בגב חולצתם, לבישת אפוד זוהר ופנס ראש. יש לרוץ בשעות הלילה במשנה זהירות ובאופן אחראי (שימת ליבכם כי ריצת הלילה תיעשה בחלקו השני של המרוץ דהיינו, כאשר הרצים עייפים והראות לקויה).
- חל איסור מוחלט על ללוות רצים במסלול הריצה הן בריצה והן באופניים במקצי השליחים – רץ שייטפס מלווה ע"י ייפסל
- במקצה האולטרה 80 ק"מ תינתן אפשרות לליווי בריצה של המשתתפים בתיאום מראש בלבד
- במקצה האולטרה 60 ק"מ תינתן אפשרות לליווי בריצה של המשתתפים בתיאום מראש בלבד
- חל איסור על רץ לרוץ יותר מקטע אחד ברצף.
- כל הצוות צריך לחצות את הקו הסיום ביחד במקצי השליחים.



תחרותי

- שלשות - ניתן להירשם גברים לחוד ונשים לחוד או צוות מעורב חייבת להיות אישה אחת מינימום
- רביעיות - ניתן להירשם גברים לחוד ונשים לחוד או צוות מעורב ואז מתוך רביעייה חייבת להיות אישה אחת מינימום
- שישיות - ניתן להירשם גברים לחוד ונשים לחוד או צוות מעורב ואז מתוך שישיה חייבות להיות 2 נשים מינימום
 - במקצים התחרותיים יתבקשו הקבוצות לרשום מראש את סדר הריצה שלהם
 - מקצה מעורב זה מינימום 8 קבוצות.

לא תחרותי – ניתן להירשם בכל אופן ע"פ שיקול דעתה של הקבוצה

- שלשות, רביעיות, שישיות
- מקצה מעורב זה מינימום 8 קבוצות.

אולטרה מרתון יחידים ומקצי 42 ו 24:

- **מקצה אולטרה יחידים לאורך 80/60 ק"מ ומקצי 42 ו 24 ק"מ יתבצע באופן הבא:**
 - הרצים יצאו לדרך ע"פ לוחות הזמנים שיתפרסמו מראש על בסיס זמן משוער שיעבירו בעת הרישום.
 - במהלך הריצה יחויבו רצי האולטרה לעבור בכל התחנות לבדיקה ומדידה.

קטגוריות למקצי 24,42,60,80 -

- בודדים - רצים את כל המרחק במקצים של נשים וגברים (חובה מינימום 6 רצים בקטגוריה):
 - גברים/נשים – עד 39
 - גברים/נשים - מ-40 ומעלה
 - הגיל מחושב לפי תאריך הלידה בלבד
 - במידה ולא יהיו כמות מינימום בקטגוריה יוכרזו בכל מקצה מקומות כלליים בלבד.

שיטת ההחלפה במרוץ

- לאורך המרוץ יהיו 12 תחנות החלפה.
- כל רץ ייצא לדרך כשהוא מסומן היטב במספר קבוצתו, אפוד זוהר ועוד אביזרים בהתאם לרשימת הציוד של המרוץ.
- לכל קבוצה יינתן צמיד המרוץ שיועבר בין הרצים מאחד לשני בכל החלפה.
- בעת ההחלפה ירשמו הצוותים אצל המרשל בנקודת ההחלפה וכמו כן שמות המחליפים.
- במקצה התחרותי - יוגדר מראש מה סדר הריצה בכל קטע.
- במקצה הלא תחרותי - סדר ההחלפה לא חשוב והוא נקבע ע"י הצוות בהתאם לשיקולם האישי.
- ההחלפה מתבצעת אך ורק בנקודות ההחלפה המוגדרות.



בטיחות רצים

- בטיחות - במהלך המרוץ אין סגירת כבישים, לכן יש לנקוט משנה זהירות, יש לשים לב לתנועת רכבים בעת חצית כבישים, הריצה היא על בסיס שביל חיפה המסומן והמשולט למרוץ, הריצה תבצע על מדרכות בדרכי עפר
- היות והריצה ברובה בלילה, חובה ללבוש אפודה זוהרת ופנס מהבהב מקדימה ומאחורה, רץ שלא יישמע להוראות אלו עלול לגרום לפסילת קבוצתו או לפסילתו האישית.
- יש לשמור על שקט בעת הריצה בשטחים המיושבים.

במקצה התחרותי - קבוצות

- סדר הרצים - הרצים חייבים לשמור על סדר הריצה שנקבע בטופס התחרות אשר ימסר למארגנים ביום התחרות ולבצע החלפה בכל תחנה.
- פציעה או מחלה - במקרה של פציעה או מחלה פתאומית של רץ שאינו מסוגל לסיים את הקטע שלו, הרץ הבא בתור יכול להחליפו בנקודת הפציעה ולהמשיך. יש לבצע החלפה כנדרש בנקודת ההחלפה הבאה. אסור לרץ המחליף לסיים את הקטע ואז לרוץ גם את הקטע הבא (המקורי שלו).

במקרה של החלפת רץ עקב פציעה (בקטגוריות התחרותיות)

- אסור לרץ הפצוע לרוץ שוב.
- אחד או יותר מהרצים יצטרכו לרוץ קטעים נוספים.
- יש לשמור על סדר הריצה המקורי.
- אסור לבצע יותר מהחלפה אחת לקטע.
- שינוי בסדר הרצים או ריצה ברצף של יותר מקטע אחד על ידי רץ יגרום להעברת הקבוצה מקטגוריה תחרותית לקטגוריה לא תחרותית.

זמנים ושעות סגירת

- למרוץ יזנקו צוותים בהפרשים אחד מהשני בהתאם לאפיון הריצה שלהם שיועבר מראש.
- הזינוק יתבצע בין השעות 20:00 - 22:30 בערב
- זינוק מקצה 60 ק"מ – 23:00
- זינוק מקצה 42 ק"מ – 2:00 (זמנים סופיים יפורסמו בהמשך)
- זינוק מקצה 24 ק"מ – 5:00 בבוקר
- סיום משוער 3:30-9:30 בבוקר יום למחרת .
- מפרט הזנקות וסיומים משוערים יפורסמו טרם המרוץ.
- רץ שיגיע לתחנות ההחלפה לאחר סגירתן, לא יוכל להמשיך את המרוץ.
- **זמן קאט-אוף למקצי האולטרה והשליחים הינו 9:30 בבוקר.**
- טקס הסיום יתבצע בשעה 8:30 במתחם סיום



הוראות מקצה 10 ק"מ

מתחם הכינוס - רחבת המחוללים חוף דדו צפון

מתחם הזינוק - במתחם הטיילת של חוף דדו בסמוך לרחבה המרכזית של האירוע. המסלול מעגלי וכולל ריצה צפונה על טיילת החוף, שבילי שקמונה והגעה במקצה ה - 10 ק"מ עד שכונת בת גלים (רכבל תחתון) וחזרה.

שעות הזינוקים -

שעת זינוק	מקצה
21:00	מקצה 10 ק"מ

- משעה 16:00 אחר הצהריים ניתן להגיע למתחם הכינוס לחלוקת ערכות ורישום.
- בהמשך יפורסם הלוח הסופי כולל זמן חלוקת ערכות מוקדמת

קטגוריות במקצה 10 ק"מ -

כללי	גברים / נשים
16-19	נערים / נערות
20-29	גברים / נשים
30-39	גברים / נשים
40-49	גברים / נשים
50-59	גברים / נשים
60-69	גברים / נשים

גביעים יינתנו למקומות הראשונים הכלליים - נשים וגברים

- מקום 1 כללי גברים/נשים
- מקום 2 כללי גברים/נשים
- מקום 3 כללי גברים/נשים
- מדליות יינתנו לקטגוריות גיל נשים/גברים.



ביום המירוץ

- כל רץ ישא עליו את מספר החזה בצורה בולטת
- לאורך המסלול יהיו שילוטם וסימונים שיובילו את תוואי הדרך.
- חל איסור מוחלט על ללוות רצים במסלול הריצה הן בריצה והן באופניים – רץ שייתפס מלווה ייפסל
- שעות הזינוק יפורסמו באתר המרוץ.

שינויים כלליים ושינויים בלתי מתוכננים במסלול ובמהלך המירוץ

- מנהל המירוץ רשאי לשנות את מתווה המסלול על פי החלטתו עקב גורמים בלתי צפויים ובלתי ידועים מראש אשר עלולים להפריע למהלך התקין של המרוץ או לסכן את הרצים ואת מארגני המירוץ.
- מנהל המירוץ רשאי לשנות את מועדי ההזנקה, את מועדי סגירת תחנות ואת שעת סיום המרוץ עקב גורמים בלתי צפויים ובלתי ידועים מראש אשר עלולים להפריע למהלך התקין של המרוץ או לסכן את הרצים ואת מארגני המירוץ.
- שינויים בתקנון זה עשויים לחול בהתאם לשיקולי מארגני המירוץ. השינויים יעודכנו בדף הבית של המירוץ.
- מארגני המרוץ רשאים להודיע על ביטול או דחיית המרוץ ללא התראה מראש אך בזמן סביר טרם המרוץ במידה ומספר הנרשמים לא יגיע למכסת המינימום שנקבעה על מנת שהמרוץ ייצא לפועל.
- מארגני האירוע רשאים להודיע על סיום הרשמה למרוץ וסגירת הקבוצות במידה והושגה כמות המקסימום של הנרשמים שתוכננה מראש.

תלונות/ערעורים

- במקרה של תלונות על הפרת חוקי המרוץ, ערעורים או השגות על תוצאות/קביעות יש להגישן בנקודת ההחלפה הקרובה (או בנקודת הסיום) לנציגי הועדה המארגנת ובכל מקרה לא יאוחר מ 30 דקות לאחר חצית קו הסיום

אחריות המארגנים והקבוצות:

- אחריות מארגני המירוץ חלה על נקודות הזינוק והסיום וכן תחנות ההחלפה, צוות רפואי זמין, סיוע לרצים במקרה הצורך וסימון המסלול בשילוט ברור
- קבוצות הרצים אחראיות לניוד חברי הקבוצה בין הקטעים בעת מנוחה על בסיס תקנון האירוע
- הקבוצות תצטיידנה בציוד הרלוונטי ע"פ הרשימה שמצורפת באתר המרוץ.
- חובה להיצמד לרשימת ציוד החובה המפורסמת ברשימה, קבוצה שלא תגיע עם הציוד הנדרש לא תוכל לצאת לדרך.
- ההשתתפות במרוץ על כל שלביה תהא על אחריותם הבלעדית של המשתתפים בתחרות
- **חצית כבישים** - תעשה על בסיס מעברי חצייה ומעברי חובה בליווי אנשי צוות של האירוע.
- **סדר וניקיון** - לאורך הדרך, בשטחי ההחלפה ובמתחם הזינוק/סיום חובה לשמור על הניקיון ולא להשאיר פסולת.
- במידה ורץ טעה במסלול, עליו לחזור לנקודת הביקורת האחרונה.



הצהרת בריאות, כתב שחרור מאחריות ותנאי השתתפות - מרוץ אולטרה טרייל חיפה 2017

שם פרטי ומשפחה: _____

מספר ת.ז. _____

1. אני מצהיר שכל הפרטים שמסרתי בעת הרשמתי לאירוע דרך אתר ההרשמה באינטרנט, כגון: תאריך לידה, מגדר, מספרי טלפון, פרטים רפואיים ועוד - הם נכונים ומדויקים".
2. אני החתום מטה מצהיר שעברתי בדיקות רפואיות ושהנני בריא וכשיר פיזית ונפשית לתחרות "אולטרה טרייל חיפה" והתאמנתי לקראתה כנדרש. מצבי הגופני והנפשי נבדק ואושר בידי רופא מוסמך. הנני מצהיר כי במידה ויחול שינוי במצבי הפיזי או הנפשי אעדכן מיד את צוות המרוץ
3. אני החתום מטה מצהיר בזאת שהנני מחזיק באישור רפואי בתוקף ע"פ "חוק הספורט" והנני עומד בדרישות "חוק הספורט".
4. הריני מצרף טופס בדיקה מאושר חתום על ידי רופא.
5. אני הח"מ מצהיר גם כי הנני משתתף בתחרות מתוך בחירתי האישית ומרצוני החופשי וללא שום כפיה או שידול מצד גורם כלשהו. אני מכיר את המסלול ואת אופיו, ברור לי ואני מודע לעובדה כי מדובר בתחרות קשה, שכרוכה במאמץ גופני ונפשי קשה ובסכנות שונות, שכוללות ריצה בכבישים ואזורים פתוחים, ריצה בלילה ותנאי חושך באזורים משתנים.
6. אני הח"מ מצהיר גם כי אין לי ולא יהיו כל תביעות מכל סוג שהוא, כלפי "אולטרה טרייל חיפה", "חברת גולדפיש הפקות ג.ש.ב. יזמות והפקה בע"מ", מנהל האירוע ו/או מי מטעמו, עיריית חיפה, (להלן "המארגנים") ו/או כל מי שמעורב במישרין או בעקיפין בתחרות. כל נזק שיגרם לי ולרכושי, אם יגרם לי, הוא על אחריותי שלי ולא אבוא בטענות ותביעות כלשהן כלפי המארגנים, בני משפחותיהם, או מי שקשור אליהם, במישרין ובעקיפין. המארגנים לא יישאו בכל אחריות לנזק כלשהו, שיגרם לי או למלווי, לרבות נזקי גוף ונפש, שיגרמו לי לפני התחרות, במהלכה או לאחריה.
7. אני הח"מ מצהיר בזאת שאני מכיר בזכותם של המארגנים למנוע את השתתפותי באירוע או לפסול את השתתפותי במהלך התחרות, מכל סיבה שהיא, כפי שימצאו זאת לנכון.
8. אני הח"מ מתחייב בזאת למלא את כל הוראות, התקנות והדרישות שמופיעות כאן או הוראות שהמארגנים יחליטו עליהן לפני התחרות או במהלכה.
9. אני הח"מ מוותר בזאת על כל זכות לתבוע תביעת נזיקין את המארגנים, נציגיהם, מלוויהם, הצוות הרפואי ו/או הפארארפואי וכל מי שמעורב במישרין או בעקיפין בתחרות.
10. אני מתחייב לשפות אתכם בגין כל תביעה או דרישה שתועלה נגדכם על ידי או על ידי מי מכוחי או מטעמי בעניינים כאמור לעיל ולהלן.
11. מוסכם עלי שהמארגנים ומי מטעמם ו/או נציגיהם רשאים להשתמש בצילומים שלי במהלך התחרות, לפניה ובסיומה לצרכים של פרסום, קדום מכירות ושיווק של התחרות או אירועים דומים, שיארגנו המארגנים בעתיד. אני מצהיר כי מובהר לי היטב ואני מסכים לכך כי במקרה בו יבוטל או יתבטל המרוץ ו/או יידחה ו/או לא יהיה בר ביצוע בשל אילוצים של כוח עליון או כל מאורע בו אין לגולדפיש הפקות ו/או ג.ש.ב. יזמות והפקה בע"מ ו/או מי מטעמה שליטה עליו, לרבות ומבלי לפגוע בכלליות האמור לעיל, אירועי מזג אוויר למיניהם, מלחמה, אירועים ביטחוניים, לא תהיה לי כל דרישה לפיצוי כלשהו ולרבות להחזר של סכומים אשר שילמתי להשתתפותי במרוץ. הנני מצהיר כי קראתי בעיון את הצהרת הבריאות כתב שחרור מאחריות ותנאי השתתפות ולהלן חתימתי על

הטופס

תאריך: _____

חתימה: _____

חובה למלא את הצהרת המשתתף ולשלוח לאחת משתי האפשרויות הבאות:

למייל - haifaut@gmail.com

ט.ל.ח.





קטין, אנא החתם הורה על חלק זה:

אני הוא אביו /אימו /אפוטרופוס (הקף בעיגול) של המשתתף והריני מאשר בזאת את השתתפותו.

שם _____ מס תז _____ חתימת ההורה _____

הוראות שליחה:

את המסמכים יש להעביר עד ה - 31.8.16 בחצות. יש לסרוק או לצלם את האישור החתום ולשלוח אימייל - haifaut@gmail.com

לתשומת לבך:

- משתתף שלא העביר את המסמכים הרלוונטים למקצה שלו לא יוכל לקבל את ערכת המשתתף ולא יוכל להשתתף -במרוץ.
- משתתף שלא ביטל השתתפותו במועד ולא הציג אישור רפואי תקף. לא יקבל כל החזר.

**בברכת בריאות והצלחה במרוץ!
צוות המרוץ**

