

# PODKARPACKA LIGA ROWEROWA

w formule XC 

---

## **Regulamin Podkarpacka Liga Rowerowa MTB XCO 2021**

### *REGULAMIN CYKLU*

#### **1. Organizator : Komitet Organizacyjny, którego w skład wchodzi: Gmina Dukła, Gmina Jedlicze, Gmina Nowy Żmigród, Miasto Przemyśl**

- 1 #1 16.05.2021. – Wietrzno – organizator: MOSiR Dukła, dyrektor Michał Szopa tel. 601 874 320
- #2 12.06.2021. – Przemyśl – dyrektor Grzegorz Michalski tel. 502 626 315
- #3 27.06.2021. – Łysa Góra – dyrektor Kamil Cygan tel. 889 216 150
- #4 08.08.2021. – Długie – dyrektor Wojciech Florczak tel. 606 220 472, Krzysztof Gajda tel. 793 536 354
- #5 12.09.2021. – Bóbrka – organizator: MOSiR Dukła, dyrektor Michał Szopa
- #6 03.10.2021. – Dukła Finał – organizator: MOSiR Dukła, dyrektor Michał Szopa

#### **2. Klasa Wyścigu**

Wyścig jest umieszczony w kalendarzu imprez Podkarpackiego Okręgowego Związku Kolarskiego.

#### **3. Forma**

Cykl sześciu wyścigów w kolarstwie górskim – cross country – format olimpijski XCO (dla kategorii: wentylki, żak I i żak II – format xc combined):

- #1 16.05.2021. – Wietrzno, start/meta Dom Ludowy Wietrzno
- #2 12.06.2021. – Przemyśl
- #3 27.06.2021. – Łysa Góra, start/meta Dom Ludowy Łysa Góra
- #4 08.08.2021. – Długie, start/meta Dom Ludowy Długie
- #5 12.09.2021. – Bóbrka, start/meta Muzeum Przemysłu Gazowniczego i Naftowego w Bóbrce
- #6 03.10.2021. – Dukła Finał, start/meta Park Dukła

Biuro wyścigu dla poszczególnych edycji wyznaczy organizator

#### **4. Cele**

- popularyzacja kolarstwa górskiego oraz zdrowego i aktywnego spędzania czasu wolnego,
- promowanie walorów turystycznych i przyrodniczych regionów, w których odbywają się zawody,

- wyłonienie najlepszych zawodników w poszczególnych kategoriach indywidualnych

## 5. Uczestnictwo

**Kategorie wiekowe dla mężczyzn i przybliżone czasy wyścigów:**

**W wyścigu mogą startować zawodnicy/zawodniczki zarówno z licencją kolarską jak i bez licencji według kategorii wiekowych**

- Wentylki – najmłodszy, urodzeni w 2013 i wcześniej
- Żak I – młodzież urodzona w 2011 i 2012 – 15-30 minut
- Żak II – młodzież urodzona w latach 2009-2010 – 15-30 minut
- Młodzik – młodzież urodzona w latach 2007-2008 – 30-45 minut
- Junior Młodszy – młodzież urodzona w latach 2005-2006 – 45-60 minut
- Junior – młodzież urodzona w latach 2003-2004 – 60-75 minut
- ORLIK – młodzież urodzona w latach 1999-2002 – 70-80 minut
- ELITA – urodzeni w latach 1998-1991 – 70-80 minut
- Masters I – urodzeni w latach 1990- 1981 – 50-60 minut
- Masters II – urodzenie w latach 1980 - 1971 – 40-50 minut
- Masters III – urodzeni w latacha 1970 i starsi – 35- 45 minut

**Kategorie wiekowe dla kobiet i przybliżone czasy wyścigów:**

- Wentylki – najmłodszy, urodzeni w 2013 i wcześniej
- Dziewczęta Żak I – dziewczynki ur. w 2011 i 2012 – 15-30 minut
- Dziewczęta Żak II – dziewczynki urodzone w latach 2009-2010 – 15-30 minut
- Młodziczka – młodzież urodzona w latach 2007-2008 – 30-45 minut
- Juniorka Młodsza – młodzież urodzona w latach 2005-2006 – 40-50 minut
- Juniorka – młodzież urodzona w latach 2003-2004 – 45-55 minut
- ELITA – kobiety urodzone w latach 1987-2002 – 50-60 minut
- Masters Kobiety (Lejdis) kobiety urodzone w roku 1986 i wcześniej – 40-50 minut

## 6. **Klasyfikacja**

Klasyfikacja będzie prowadzona zgodnie z przepisami PZKol

## 7. **Pomoc Techniczna**

Pomoc techniczna zgodnie z przepisami PZKol. Na każdą edycję organizator przygotowuje punkt pomocy technicznej i tylko tam będzie możliwa pomoc techniczna.

## 8. **Ceremonia dekoracji**

Ceremonia dekoracji odbędzie się w dwóch blokach dekoracyjnych

## 9. Kary

Z zakresie kar obowiązują przepisy PZKoI / UCI

## 10. Trasa

Trasy poprowadzone będą pagórkowatymi, głównie leśnymi ścieżkami z poziomem trudności dostosowanym dla danej kategorii wiekowej.

Mapa oraz opis trasy będą prezentowane na stronie organizatora przed każdą edycją.

Dla kategorii wentylki, żak I i żak II wyścig zostanie poprzedzony przejazdem przez sekcje techniczne.

## 11. Program

09:00 – Rozpoczęcie pracy biura zawodów, zgłaszanie uczestników

10:00 – 12:30 – Wentylki, Żak I i Żak II M/K *(część I – sekcje techniczne)*

10:00 – Młodziczka, Młodzik, Juniorka mł

11:00 – Junior Młodszy, Masters II i III, Juniorka, Elita Kobiet, Kobiety Lejdis

12:20 – dekoracja

12:45 – Wentylki *(część II – wyścig na mini pętli)*

13:00 – Żak I i Żak II *(część II – wyścig na skróconej pętli)*

13:40 – Junior, Elita M, Orlik, Masters I

15:00 – dekoracja

*(część I – sekcje techniczne) :*

do 10:00 trening

10:00-10:45 wentylki

10:45-11:30 żak 1

11:30-12:30 żak 2

## 12. Zasady Finansowania

Wpisowe

### 1. Opłaty startowe

| Kategoria wiekowa | Opłata startowa zgłoszenia w terminie | Opłata startowa zgłoszenia po terminie |
|-------------------|---------------------------------------|--|
|-------------------|---------------------------------------|--|

| ZAWODNICY LICENCJONOWANI             |          |          |
|--------------------------------------|----------|----------|
| Elita Mężczyzn / Elita Kobiet        | 25,00 zł | 45,00 zł |
| Mężczyźni / Kobiety Poniżej 23 lat   | 23,00 zł | 35,00 zł |
| Junior / Juniorka / Orlik            | 20,00 zł | 25,00 zł |
| Junior Młodszy / Juniorka Młodsza    | 15,00 zł | 25,00 zł |
| Młodzik / Młodziczka<br>Żak / Żakini | 5        | 15,00 zł |
| Masters I/Masters II                 | 45 zł    | 75 zł    |
| ZAWODNICY BEZ LICENCJI               |          |          |
| Amator                               | 45 zł    | 75 zł    |

Opłaty wnoszone są na konto, najpóźniej trzy dni przed startem (liczy się data zaksięgowania). Opłaty zgodne z cennikiem PZkol.

Zgłoszenia do zawodów (do każdej edycji osobno) dokonuje się poprzez stronę **Timekeeper**.

Opłaty należy uiścić poprzez stronę Timekeeper lub bezpośrednio w biurze zawodów. Zgłoszenie do wyścigu można dokonać najpóźniej na 1h przed startem danej kategorii.

W ramach wpisowego uczestnicy mają zapewnione: zabezpieczenie medyczne, obsługę sędziowską, opracowanie wyników, numery startowe wydawane na cały cykl zawodów. W przypadku zgubienia lub zapomnienia numeru opłata za wydanie duplikatu wynosi 20 zł.

Niezbędnym warunkiem uprawniającym do startu jest poza opłaceniem wpisowego jest dokonanie zgłoszenia.

### 13. Wykaz szpitali w pobliżu trasy

#1 16.05.2021. – Wietrzno - Wojewódzki Szpital Podkarpacki Krosno ul. Korczyńska 57

#2 12.06.2021. – Łysa Góra – Szpital Specjalistyczny w Jaśle ul. Lwowska 22

#3 27.06.2021. – Przemyśl – Wojewódzki Szpital im Ojca Pio ul. Monte Cassino 18

#4 08.08.2021. – Długie - Szpital Specjalistyczny w Jaśle ul. Lwowska 22

#5 12.09.2021. – Bóbrka - Wojewódzki Szpital Podkarpacki Krosno ul. Korczyńska 57

#6 03.10.2021. – Dukla - Finał Wojewódzki Szpital Podkarpacki Krosno ul. Korczyńska 57

### 14. Zasady rozgrywania zawodów (skrót)

- Zawodnicy ścigają się na oznakowanej pętli w terenie, wygrywa ten, który pierwszy przekroczy linię mety.
- W trakcie wyścigu zawodnicy nie mogą skracać ani zmieniać wyznaczonej przez organizatora trasy.
- W przypadku, gdy zawodnik zjedzie z trasy powinien powrócić na trasę wyścigu i rozpocząć wyścig w tym samym punkcie, w którym z trasy zjechał.
- Zawodnik nie może przyjmować ani otrzymywać żadnego rodzaju pomocy technicznej podczas trwania swojego wyścigu z wyjątkiem miejsc do tego wyznaczonych (boksów technicznych), w tym również od innych zawodników.

- Zawodnicy nie mogą przeprowadzać treningów po trasie podczas rozgrywania wyścigów.
- Podczas trwania wyścigu zawodnik nie może używać wulgarnych słów, zachowywać się w sposób niesportowy, nie przestrzegać regulaminu jak również okazywać brak szacunku dla organizatorów wyścigu.
- Zawodnik musi przestrzegać zasad dobrego wychowania podczas trwania całego wyścigu oraz nie utrudniać zawodnikowi szybszemu wyprzedzenia go na trasie wyścigu.
- Zawodnicy powinni szanować zieleń i jechać tylko po oficjalnie wytyczonej trasie.
- Zawodnik musi unikać zanieczyszczania terenu i pozostawiania śmieci na trasie wyścigu.
- Zawodnicy zdublowani zdejmowani są na bieżąco.
- Każdy startujący w zawodach uczestniczy w nich na własną odpowiedzialność (bądź opiekuna prawnego).
- Każdy startujący stwierdza, iż jego stan zdrowia pozwala mu na wzięcie udziału w wyścigu.
- Rodzice oraz opiekunowie startującego zawodnika nie mogą podczas wyścigu jechać przy nim na rowerze bądź biec przy nim.
- Każdy startujący wyraża zgodę na przetwarzanie swoich (lub swojego podopiecznego) danych osobowych podanych przy rejestracji w rozumieniu stawy o ochronie danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r. (Dz.U.2002.101.926) oraz wykorzystania wizerunku przez Organizatora Podkarpacka Liga Rowerowa w celu promocji i upowszechniania sportu oraz kultury fizycznej, w tym publikacji wyników, zdjęć i sprawozdań z zawodów w prasie, na stronach internetowych i w informatorach branżowych.
- W kategorii wentylki, żak I i żak II rywalizacja zostanie przeprowadzone w xc combined to oznacza, że wyścig zostanie poprzedzony przejazdem przez sekcje techniczne.
- Żak I i żak II będzie miał do pokonania 6 sekcji technicznych. Niepokonanie każdej jednej sekcji technicznej oznacza opóźniony o 5 sekund start w wyścigu xc. Maksymalnie będzie to 30 sekund (niepokonanie 6 sekcji technicznych).
- Wentylki będą miały do pokonania 4 sekcje techniczne. Niepokonanie każdej jednej sekcji technicznej oznacza opóźniony o 5 sekund start w wyścigu xc. Maksymalnie będzie to 20 sekund (niepokonanie 4 sekcji technicznych).
- **Przy pierwszych 3 edycjach konkurencji XC Combinated będzie przeprowadzona pokazowo czyli bez punktacji**
- Pozostałe zasady zgodnie z przepisami PZKol.

### 15. Protesty:

- Protest zgodnie z przepisami PZKOL
- Jeżeli protest dotyczy jednego z trzech pierwszych finiszujących zawodników w danej kategorii ceremonia dekoracji będzie opóźniona do chwili podjęcia przez Komisję Sędziowską decyzji o ostatecznym rozstrzygnięciu.
- Decyzja podjęta w tej sprawie przez sędziów zawodów.

### 16. Nagrody

Dekorowanych będzie pierwszych 5 zawodników w każdej kategorii zawodów chyba, że w kategorii wystartuje mniej niż 5 zawodników, wówczas dekorowany może być tylko pierwszy zawodnik (decyduje o tym organizator).

### 17. Wyniki

Po zakończeniu zawodów wyniki zatwierdzone przez Sędziów będą publikowane na stronie timekeeper i pzkol

## **18. Punktacja cyklu**

Każdy ze startujących w kolejnych edycjach zdobywa punkty wg zajętego podczas wyścigu miejsca w swojej kategorii. Suma zdobytych punktów decyduje o wyłonieniu zwycięzcy całego cyklu Podkarpacka Liga Rowerowa MTB XC 2021.

Warunkiem wygrania bądź zajęcia jednego z trzech miejsc w klasyfikacji generalnej PLR w każdej kategorii jest posiadanie odpowiedniej ilości punktów oraz obecność osobista bądź za pośrednictwem swojego przedstawiciela na finale. Do klasyfikacji generalnej Podkarpacka Liga Rowerowa XC 2021 zaliczane będą punkty zdobyte w czterech najlepszych startach z sześciu rund.

W przypadku jednakowej ilości punktów o wyższym miejscu decyduje edycja finałowa. Gdyby jednak obaj zawodnicy nie ukończyli rywalizacji w finałowej edycji liczy się zajęte najlepsze miejsce w poprzedzającej rundzie Podkarpackiej Ligi Rowerowej między zainteresowanymi zawodnikami.

Zwycięza zawodnik, który zbiera największą ilość punktów w danej kategorii. Punkty zostaną przyznawane w następujący sposób: 1miejsce-25pkt, 2-22pkt, 3-20pkt, 4-18pkt, 5-16pkt, 6-15pkt, 7-14pkt, 8-13pkt, 9-12pkt, 10-11pkt, 11-10pkt, 12-9pkt, 13-8pkt, 14-7pkt, 15-6pkt, 16-5pkt, 17-4pkt, 18-3pkt, 19-2pkt, 20-1pkt.

Zawodnik niestartujący w ostatniej edycji zobowiązany jest do potwierdzenia swojej obecności przed wyścigiem swojej kategorii, aby zostać ujęty w końcowej klasyfikacji generalnej.

Punktacja drużynowa:

Warunkiem przystąpienia do klasyfikacji drużynowej jest zgłoszenie minimum 3 zawodników startujących pod wspólną nazwą. Do klasyfikacji będzie brany najwyższy wynik osiągnięty przez zawodnika w każdej kategorii wiekowej, max 5 zawodników punktuje w drużynie.

W klasyfikacji generalnej zostanie ujętych cztery najlepsze wyniki drużyny.

## **19. Postanowienia końcowe**

Decyzja czy stosować przepis 80% dla XCO podejmuje Sędzia Główny po uzgodnieniu z Organizatorem.

Zawodnicy podczas zgłaszania w biurze zawodów zobowiązani są do posiadania dokumentu potwierdzającego tożsamość oraz do podpisania oświadczenia o zapoznaniu się z regulaminem.

Osoby poniżej 18 roku życia biorą udział w imprezie za zgodą rodziców lub opiekunów.

Za szkody wynikłe wobec uczestników jak i osób trzecich organizatorzy nie odpowiadają.

Zawodnicy mają obowiązek startu w kaskach sztywnych i na sprawnych rowerach.

We wszystkich sprawach nieobjętych niniejszym regulaminem decyduje Sędzia Główny w porozumieniu z Organizatorem.

Nieznajomość niniejszego regulaminu nie będzie uznawana przez organizatora za wy tłumaczenie.

Dla zawodników z licencją warunkiem startu jest aktualna licencja kolarska i ważne badania lekarskie.

Szczegółowy regulamin będzie przygotowany przez organizatora danej edycji na 2 tygodnie przed startem zawodów.

-----

## REGULAMIN SEKCJI TECHNICZNEJ Żaki i Wentylk

### Podkarpacka Liga Rowerowa MTB XCC 2021

1. Sekcja techniczna punktowana jest w skali 0-2pkt. (ze względu na słabe wyniki końcowe)

2. Ocenianie sekcji technicznej:

o Slalom :

|   |       |
|---|-------|
| Przejazd bezbłędny  | 2 pkt |
| Dotknięcie rowerem, ciałem; prawidłowo przejechanie slalom, ale delikatne wyjechanie 1 kołem za linię ograniczającą strefę przejazdu slalomu                  | 1 pkt |
| Niedokończenie sekcji – przewrócenie pachołka, podparcie się nogą, przesunięcie pachołka, wyjechanie 2 kołami za linię ograniczającą strefę przejazdu slalomu | 0 pkt |

• Przejazd po prostej:

|  |       |
|--|-------|
| Przejazd bezbłędny (bez dotknięcia przeszkód)              | 2 pkt |
| Przekroczenie lub najechanie na linię ograniczającą strefę | 0 pkt |

• Zakręty:

|                    |       |
|--------------------|-------|
| Przejazd bezbłędny | 2 pkt |
|--------------------|-------|

|  |       |
|--|-------|
| Najechanie kołem na linię/znaczniki ograniczające strefę przejazdu powyżej 2x  | 1 pkt |
| Niedokończenie sekcji – przewrócenie pachołka, podparcie się nogą, przesunięcie pachołka, wyjechanie za linię/znaczniki ograniczające strefę przejazdu 3x i więcej | 0 pkt |

- Przenoszenie bidonu:

|   |       |
|---|-------|
| Przejazd bezbłędny – trwałe ustawienie bidonu (bidon nie może spaść do ukończenia przejazdu sekcji)   | 2 pkt |
| Postawienie bidonu, ale tak że po chwili się przewraca; Postawienie bidonu, następnie zahaczenie go nogą, częścią roweru (kołem, pedałem itp.)  | 1 pkt |
| Niedokończenie sekcji – nie podniesienie bidonu, przewrócenie się w trakcie wykonywania sekcji lub od razu po postawieniu bidonu; podparcie się nogą w czasie wykonywania sekcji lub potrzymanie, oparcie się o krzesło (dotyczy kat. wentylki), <b>RZUCENIE</b> bidonu, a nie jego postawienie (sekcja niezaliczona nawet, gdy zawodnik wykona rzut z pozycji schylonej) | 0 pkt |

- Zegar:

|   |       |
|---|-------|
| Przejazd bezbłędny  | 2 pkt |
| Najechanie kołem znaczniki ograniczające strefę przejazdu powyżej 2x  | 1 pkt |
| Niedokończenie sekcji – podparcie się nogą w czasie wykonywania sekcji, dotknięcie znaczników kołem 3x i więcej, wywrotka w czasie wykonywania sekcji, dotknięcie znaczników 2 kołami jednocześnie (1 raz i więcej) | 0 pkt |

- Europalety:

|   |       |
|---|-------|
| Przejazd bezbłędny  | 2 pkt |
| Niedokończenie sekcji – nie przejechanie wszystkich palet; zatrzymanie się podczas wykonywania sekcji (podparcie się nogą, wywrotka); | 0 pkt |

Przesunięcie europalet podczas wykonywania sekcji nie wpływa na ocenę.



### 3. Punktacja:

| Punkty | Czas    |
|--------|---------|
| 12     | +0 sek  |
| 11-10  | +5sek   |
| 9-7    | +10sek  |
| 6-5    | +15sek  |
| 4-3    | +20sek  |
| 2-1    | +25sek  |
| 0      | +30 sek |

### 4. Decyzja sędziego nie podlega zmianom.

- 1 Nie ma możliwości powtórzenie sekcji technicznej, np. podczas wybrania złej ręki w sekcji podnoszenia bidonu, po nieudanej próbie wykonania sekcji znalezienia przeszkody, która mogłaby utrudnić wykonanie danej stacji (w razie takiej przeszkody, należy to zgłosić sędziemu przed wjechaniem na sekcję)). Sekcję można powtórzyć w szczególnym wypadku, tj. awarii sprzętu podczas wykonywania sekcji oraz utrudnienia przejechania sekcji osób trzecich (np. wejście na tor przejazdu osób postronnych).
  - 2 W czasie przeprowadzenia oceniania sekcji technicznej, na torze może się znajdować jedynie sędzia i zawodnik, który w danym momencie jest oceniany.
  - 3 Zawodnicy którzy startują w sekcji technicznej, koło sekcji technicznej najpóźniej stawiają się 9.50
- 4 Na tor sekcji wjeżdża zawodnik, jedynie wskazany przez sędziego, reszta zawodników stoi za taśmą w określonym miejscu wskazanym w dniu rozgrywania stacji przez sędziego.
- 5 Oficjalny trening na torze sekcji technicznej jest od godziny 9 do godziny 9.50 (po tej godzinie nie ma możliwości ) w dniu rozgrywania zawodów.
  - 6 Sekcje techniczne na poszczególnych zawodach mogą się różnić (np. odległość między europaletami, pachotkami w sekcji slalom)

Regulamin został zatwierdzony przez Zarząd Podkarpackiego Okręgowego Związku Kolarskiego w Rzeszowie w dniu 21.04.2021 r.