

Regulamin

Ligi Biegów Górskich

Liga Biegów Górskich (zwana dalej Ligą) to ranking biegaczy startujących w biegach górskich na terenie Polski. Adresowana jest do wszystkich miłośników biegów górskich zarówno amatorów jak i zawodników wyczynowych. Jest formą promocji biegów górskich, wspólną zabawą, a także rywalizacją w celu wyłonienia najlepszych polskich biegaczy górskich.

Motto Ligi: „Zdobądź górę – pokonaj siebie...”

Organizatorem

Ligi Biegów Górskich 2016

jest portal www.biegigorskie.pl

1. Rywalizacja w ramach **Ligi Biegów Górskich 2016** odbywać się będzie w następujących kategoriach:

- 1.1 Open kobiet i mężczyzn (K i M)
- 1.2 Junior - K i M - 16 (16-19 lat) - (2000 - 1997)
- 1.3 Senior I - K i M - 20 (20-29 lat) - (1996 - 1987)
- 1.4 Senior II - K i M - 30 (30-39 lat) - (1986 - 1977)
- 1.5 Masters - K i M - 40 (40-49 lat) - (1976 - 1967)
- 1.6 Weteran I - K i M - 50 (50-59 lat) - (1966 - 1957)
- 1.7 Weteran II - K i M - 60 (powyżej 60 lat) - (1956 i starsi)
- 1.8. Najlepszy zawodnik w s. alpejskim - K i M
- 1.9. Najlepszy zawodnik w s. anglosaskim - K i M
- 1.10 Najlepszy zawodnik na długim dystansie (21 - 43 km) - K i M
- 1.11 Najlepszy zawodnik na ultra dystansie (pow. 43 km) - K i M

2. **Punkty w Lidze Biegów Górskich** przyznawane będą za miejsca zajęte w biegach górskich rozgrywanych na terenie Polski i zgłoszonych do kalendarza Biegów Górskich portalu internetowego www.biegigorskie.pl, a których wyniki w przeciągu dwóch tygodni od zakończenia zawodów, zostaną przekazane do portalu

2.3 Zawodnicy mogą startować w dowolnej ilości biegów, znajdujących się w kalendarzu, lecz do końcowej klasyfikacji każdego zawodnika zaliczone będzie jego **12** najwyżej punktowanych biegów. Natomiast w kategoriach: alpejski, anglosaski, długi dystans oraz ultra dystans - do końcowej klasyfikacji w/w kategoriach liczone będą po **4** najlepsze wyniki uzyskane w biegach z danej kategorii..

2.4 Dodatkowym warunkiem zaliczenia zawodów do Ligi, jest możliwość ustalenia kategorii wiekowych zawodników odpowiadających kategoriom **Ligi Biegów Górskich 2016**. W przypadku braku takiej możliwości kapituła dokona sama podziału na te kategorie. W wyjątkowych wypadkach, tzn. gdy wyniki zostaną opracowane bardzo niedbale kapituła nie będzie brała pod uwagę tego biegu do Ligi, o czym powiadomi na stronie www.biegigorskie.pl

3. **Zasady punktacji.** Zawodnicy otrzymywać będą punkty w zależności od zajętego miejsca w zawodach wg zasad określonych w pkt 2, 3 i 4 regulaminu.

3.1.a. Tabela punktacji:

Miejsce w biegu	PUNKTACJA KOBIET			PUNKTACJA MĘŻCZYŹN		
	M	S	I	M	S	I
1	300	200	100	300	200	100
2	250	160	90	250	160	90
3	200	130	80	220	140	80
4	160	100	70	190	120	75
5	140	90	60	170	100	70
6	120	80	55	150	90	65
7	100	70	50	130	80	61
8	90	60	45	110	75	57
9	80	55	40	100	70	53
10	70	50	36	95	66	50
11	65	45	32	90	62	47
12	60	40	28	86	59	44
13	55	36	24	83	56	41
14	50	32	20	80	53	38
15	46	29	17	77	50	36
16	42	26	14	74	48	34
17	38	23	11	71	46	32
18	35	20	8	68	44	30
19	32	17	5	65	42	28
20	29	14	3	62	40	26
21	26	11		59	38	24
22	23	9		56	36	22
23	20	7		53	34	20
24	17	5		50	32	18
25	14	3		47	30	16
26	11			45	28	15
27	9			43	26	14
28	7			41	24	13
29	5			39	22	12
30	3			37	21	11
31				35	20	10
32				33	19	9
33				31	18	8
34				29	17	7
35				27	16	6
36				25	15	5
37				24	14	4
38				23	13	3
39				22	12	2
40				21	11	1
41				20	10	
42				19	9	
43				18	8	
44				17	7	
45				16	6	
46				15	5	
47				14	4	
48				13	3	
49				12	2	
50				11	1	
51				10		
52				9		
53				8		
54				7		
55				6		
56				5		
57				4		
58				3		
59				2		
60				1		

Uwaga:

W przypadku rozgrywania zawodów oddzielnie dla poszczególnych kategorii lub grup – (oddzielny start oraz innej długości trasa), każda grupa będzie punktowana tak jakby uczestniczyli w oddzielnych zawodach. W przypadku startu w grupach na tej samej długości trasy grupy zostaną połączone

3.2 W **Lidze Biegów Górskich** uczestniczą zawodnicy niezależnie od ich przynależności państwowej..

4. Polskie biegi górskie zostały podzielone na trzy grupy wg rangi zawodów, frekwencji w latach poprzednich oraz wyników głosowania uczestników biegów na najlepszy polski bieg górski (**Złota Kozica**).

4.1 Kategorie biegów i ich punktacja:

M - zawody rangi Mistrzostw Polski seniorów, zdobywcy Złotych Kozic 2015, bieg finałowy Ligi oraz biegi z pierwszej piątki open w konkursie na najlepszy bieg górski 2015 r.

S - zawody rangi Mistrzostw Polski juniorów i weteranów, zdobywcy Srebrnych i Brązowych Kozic 2015, bieg rozpoczęcia Ligi, biegi o frekwencji przekraczającej w roku 2015 pięćset osób, oraz biegi z miejsc 6-20 open (spośród biegów rozgrywanych w terminie Ligi) w konkursie na najlepszy bieg górski 2015 r.

I - pozostałe biegi

4.2. Wykaz biegów wraz z ich kategoriami znajduje się w kalendarzu imprez na stronie www.biegigorskie.pl .

5. Czas trwania **Ligi Biegów Górskich 2016: od 04.03.2016 r.** (tj. od biegu otwarcia sezonu - **RMD Winter Run**) do dnia rozegrania zawodów finałowych w Ustroniu tj. **do 03.12.2016r.** Zakończenie Ligi Biegów Górskich 2016 i dekoracja zwycięzców odbędzie się bezpośrednio po w/w zawodach. Bieg finałowy - „Górska Masakra - Eliminator” będzie punktowany wg tabeli dla biegów kat. I w każdej z serii a punkty z poszczególnych serii zostaną zsumowane i policzone dla tych zawodów jako suma. Maksymalnie zawodnik w biegu finałowym może zdobyć 400 pkt (czterokrotne zwycięstwo w każdej z serii).

6. Aktualizacja wyników będzie dokonywana na bieżąco, do 6 dni, po każdym zawodach.

7. Nagrody:

7.1. W kategorii open (kobiety i mężczyźni):

Puchary, medale oraz nagrody finansowe w gotówce:

1 m-ce: 2.000 zł

2 m-ce: 1.500 zł

3 m-ce: 1000 zł

4 m-ce: 600 zł

5 m-ce: 500 zł

6 m-ce: 400 zł

7 m-ce – nagroda rzeczowa

8 m-ce – nagroda rzeczowa

9 m-ce – nagroda rzeczowa

10 m-ce – nagroda rzeczowa

7.2. W kategoriach wiekowych **Ligi**: medale i nagrody rzeczowe za miejsca 1-3

7.3. W poszczególnych stylach (alpejski, anglosaski, długi dystans, ultra dystans) – medale i nagrody rzeczowe za miejsca 1 do 3.

7.4. Ponadto wśród wszystkich zawodników uczestniczących w uroczystości zakończenia Ligi odbędzie się losowanie nagród rzeczowych.

7.5. **UWAGA:** Warunkiem otrzymania nagród jest ich osobisty odbiór w trakcie dekoracji na biegu finałowym. W wyjątkowych sytuacjach - zaakceptowanych wcześniej przez organizatora - odbiór może nastąpić przez inną pisemnie upoważnioną osobę w trakcie dekoracji na biegu finałowym. Nagrody nie odebrane w/w sposób przepadają.

8. Interpretacja regulaminu należy do organizatora **Ligi Biegów Górskich**, tj. portalu internetowego www.biegigorskie.pl.

8.1. Sprawy sporne będzie rozstrzygała komisja regulaminowa powołana przez w/w portal.

8.2. W sprawach spornych zawodnikowi przysługuje odwołanie najpóźniej w ciągu tygodnia od zakończenia danych zawodów lub opublikowania danej punktacji. Pismo pt. „Odwołanie” należy przesłać mailem na adres: biuro@biegigorskie.pl.

8.3. Odwołanie będzie rozpatrywane bezzwłocznie, nie później niż w przeciągu 1 tygodnia od daty jego otrzymania

9. Regulamin może ulec zmianie do czasu rozegrania pierwszych zawodów w sezonie, oraz w wyjątkowych, uzasadnionych przypadkach w czasie rozgrywania Ligi Biegów Górskich 2016. O wszelkich zmianach będziemy informować na bieżąco na stronie www.biegigorskie.pl

* **Biegiem górskim jest** bieg rozgrywany w górach***, którego suma przewyższeń stanowi nie mniej niż 4% w stosunku do długości dystansu, a w przypadku biegów długich (od dystansu półmaratonu) nie mniej niż 3%.*

** *wyjątkowo, kapituła może dopuścić do rozgrywek Ligi biegi rozgrywane w innym rejonie niż góry (np. jura, pogórze), jeśli trasa zawodów, posiada charakter trasy górskiej.*

Dyrektor Ligi Biegów Górskich

Dominik Ząbczyński

Komisja Regulaminowa:

Krzysztof Szwed – członek komisji regulaminowej

Magdalena Chetmicka – członek komisji regulaminowej

