

Załącznik do regulaminu w związku z COVID-19:

1. Zawodnicy zobowiązani są do stosowania się do aktualnych na dzień startu zaleceń, wytycznych i nakazów wydanych przez Ministerstwo Zdrowia lub inne organy państwowe odnośnie zachowania dystansu społecznego, stosowania środków ochrony indywidualnej lub uczestnictwa w zgromadzeniach.
2. Na całym terenie Zawodów obowiązuje bezwzględny nakaz noszenia maseczki lub chusty wielofunkcyjnej zakrywającej usta i nos (dopuszcza się przyłbice). Ich noszenie poza trasą biegu będzie ściśle nadzorowane.
3. Na terenie zawodów wprowadza się obostrzenie w postaci dystansu społecznego 1,5 m.
4. Jednorazowo nie może przebywać koło siebie więcej aniżeli 4 osoby. (nie dotyczy startu i strefy oczekiwania, w tym przypadku zawodnicy zostaną poinformowani osobno w dniu zawodów).
5. Zawodnicy zobowiązani są do zachowania dyscypliny i przestrzegania harmonogramu zawodów.
6. Na trasie nie będzie klasycznych stref odżywiania. Uczestnicy proszeni są o zabranie ze sobą własnych butelek (bidonów) z wodą lub napojem i, jeśli to konieczne, jedzenia. Na trasie butelki będzie można uzupełnić wodą (szczegóły zostaną podane na odprawie przed startem).
7. Na mecie na zawodników czekać będą pakiety regeneracyjne zawierające napoje i przekąski. Zawodnik biegnący w sztafecie zabiera 2 pakiety regeneracyjne.
8. Podczas pobytu w strefie startu i mety obowiązkowe będzie zakrycie nosa i ust. Biegacze, którzy ukończą bieg bez takiej ochrony otrzymają maseczki.
9. Zawodnicy zobowiązani są do jak najszybszego opuszczenia strefy pakietów, punktu odświeżania za metą oraz opuszczenia terenu zawodów po skończonej rywalizacji.
10. Przed wejściem do Biura Zawodów każdy zawodnik będzie poddany kontroli temperatury ciała. W przypadku temperatury ciała powyżej $+ 37.6^{\circ}$ zawodnik nie zostanie dopuszczony do udziału w zawodach (zaleca się dokonanie pomiaru temperatury ciała przed przybyciem na teren zawodów)
11. Zwraca się uwagę aby Uczestnicy Zawodów nie witali się poprzez uścisk dłoni lub w jakikolwiek inny sposób powodujący możliwość przeniesienia koronawirusa.
12. Każdy Uczestnik po przybyciu na Zawody winien zgłosić się do biura zawodów i na podstawie wydrukowanych i wypełnionych przez zawodnika oświadczeń, otrzyma pakiet startowy, numer startowy wraz z chipem.

Oświadczenia będzie można pobrać ze strony Organizatora, które ukaże się najpóźniej na 3 dni przed rozpoczęciem zawodów. Nie będzie możliwości wydrukowania oświadczeń w biurze zawodów.

13. Po zawodach ze względów sanitarnych nie będzie możliwości korzystania z natrysków.
14. Tegoroczna impreza odbywa się bez udziału publiczności.
15. Po zakończeniu zawodów uczestnik musi niezwłocznie opuścić strefę mety.
16. Zobowiązuje się zawodnika do posiadania środka do dezynfekcji rąk.
17. W ceremonii dekoracji uczestniczyć będą mogli jedynie zawodnicy sklasyfikowani jako zwycięzcy w danych kategoriach .
18. Każdy uczestnik Zawodów zobowiązany jest do przestrzegania zaleceń organizatora zwłaszcza do postanowień służb porządkowych.
19. Dopuszcza się wprowadzenia dodatkowych obostrzeń wynikających z aktualnych do czasu trwania zawodów przepisów.