MALOFATRANSKÁ STOVKA PRAVIDLÁ

Zmeny v pravidlách voči minulým ročníkom sú zvýraznené SVETLO ČERVENOU
Odkazy na externé dokumenty sú zvýraznené MODROU

1. Základné informácie

1.1. Charakteristika podujatia

1.2. Organizátor

1.3. Hlavný usporiadateľ

1.4. Účasť na podujatí

1.5. Podmienky účasti

1.6. Počet účastníkov

Skratky

2. Pravidlá

2.1. Súťažné kategórie

2.2. Kvalifikačné predpoklady

2.3. Podmienky registrácie

2.4. Štartovné číslo

2.5. Prevod registrácie na inú osobu

2.6. Zrušenie registrácie

2.7. Povinná a odporúčaná výbava

2.8. Trasa, pohyb po trase a predčasné ukončenie

2.9. Kontrolné stanovištia a časové limity

2.10. Fair play

2.11. Poistenie

2.12. Občerstvenie

2.13. Bezpečnosť a zdravotná pomoc

2.14. Ochrana osobných údajov

Často kladené otázky (FAQ)

A. Všeobecne o podujatí

B. Povinná a odporúčaná výbava

1. Základné informácie

1.1. Charakteristika podujatia

Malofatranská stovka - MF100 (ďalej len "podujatie") sú preteky jednotlivcov v pohorí Malej Fatry v kategórii ultra trail (horský ultramaratón) s trasami 33 km, 50 km a 100 km prechádzajúcimi Krivánskou Fatrou (Národný park) a Lúčanskou Fatrou v lesnom, horskom a vysokohorskom teréne. Podujatie prebieha bez pomoci iných osôb alebo podporných tímov, avšak s podporou občerstvovacích miest zabezpečovaných organizátorom (tzv. semi-autonómnosť) podujatia.

1.2. Organizátor

SLOVAK ULTRA TRAIL, o.z.
IČO: 42364582, DIČ: 2120064958
Sídlo: Nejedlého 41, 841 02, Bratislava
Korešpondenčná adresa: SLOVAK ULTRA TRAIL, Nejedlého 41, 841 02, Bratislava
E-mailová adresa: info@slovakultratrail.sk

1.3. Hlavný usporiadateľ

Martina Magová, e-mailová adresa: mfstovka@gmail.com

1.4. Účasť na podujatí

1.4.1. Právo prihlásiť sa na podujatie má každá osoba, ktorá najneskôr jeden deň pred dátumom konania podujatia dovŕši vek 18 rokov bez ohľadu na to, či je alebo nie je registrovaná v športovom alebo turistickom klube (platí pre plnoleté osoby, pre podmienky účasti neplnoletej osoby pozri bod 1.5.4b), bez ohľadu na pohlavie, národnosť a štátnu príslušnosť.

1.4.2. Každý účastník je povinný dôkladne zvážiť, či je dostatočne fyzicky, psychicky a materiálne spôsobilý absolvovať mimoriadne náročnú trasu podujatia v horskom prostredí (pozri bod 2.8).

1.4.3. Účastníci podujatia budú pred štartom upozornení na to, že sa pohybujú v chránenom prírodnom prostredí a sú povinní dodržiavať príslušné legislatívne predpisy (najmä Zákon o ochrane prírody a krajiny a Zákon o lesoch) a ustanovenia Návštevného poriadku Malá Fatra.

1.5. Podmienky účasti

1.5.1. Účasť na podujatí je dobrovoľná a na vlastné nebezpečenstvo.

1.5.2. Organizátor nezodpovedá za škody účastníkom vzniknuté ani nimi spôsobené.

1.5.3. Organizátor odporúča každému účastníkovi absolvovať pred podujatím individuálnu lekársku prehliadku.

1.5.4. Podujatia sa môže zúčastniť výhradne jednotlivec, ktorý spĺňa nasledujúce podmienky:

a) Najneskôr jeden deň pred dátumom konania podujatia dovŕši vek 18 rokov.

b) Na podujatie sa môže zaregistrovať aj neplnoletý účastník (vek 15-17 rokov v dobe konania podujatia). V takomto prípade platia nasledovné podmienky, pričom musia byť splnené všetky:

i) neplnoletý účastník uvedie v prihláške svoju klubovú príslušnosť (športový klub)

ii) Štart neplnoletého účastníka po prijatí prihlášky schváli organizátor podujatia (organizátor si vyhradzuje právo veta, t.j. zamietnutie účasti bez udania dôvodu)
iii) na miesto prezentácie sa osobne dostaví rodič/zákonný zástupca neplnoletého účastníka, ktorý v prítomnosti organizátora svojím podpisom prejaví súhlas so štartom neplnoletého účastníka

c) Účastník sa predpísaným spôsobom zaregistruje na podujatie a uhradí vopred stanovený štartovný poplatok.
d) Registrácia na podujatie je realizovaná Registračným systémom definovaným pre aktuálny ročník.
e) Účastník sa riadne odprezentuje v určenom čase a na určenom mieste prezentácie.
f) Účastník bude mať úplnú povinnú výbavu požadovanú organizátorom (pozri bod 2.7).
g) Každý účastník je povinný pri prezentácii predložiť vyplnený a podpísaný Informovaný súhlas.
h) Organizátor má právo neumožniť štart osobe pod vplyvom alkoholu, omamných alebo psychotropných látok.

1.6. Počet účastníkov

1.6.1. Počet účastníkov na podujatí je limitovaný na 300 osôb pre všetky trasy a kategórie.

Skratky

DNF - predčasné ukončenie podujatia z vlastnej vôle účastníka
DSQ - diskvalifikácia účastníka
GPS - globálny lokalizačný systém
HS - Horská služba (dobrovoľníci); HZS - Horská záchranná služba

---

2. Pravidlá

Preštudujte si prosím aj DODATOK K PRAVIDLÁM PRE ROK 2026 (12. ročník)

2.1. Súťažné kategórie

Pre zaradenie do vekovej kategórie je rozhodujúci vek dosiahnutý v tomto roku bez ohľadu na deň a mesiac narodenia.

a) Kategória 1: Muži - M (kategórie M30, M40, M50 budú vo výsledkoch na webe)
b) Kategória 2: Ženy - Ž (kategórie Ž30, Ž40, Ž50 budú vo výsledkoch na webe)

2.2. Kvalifikačné predpoklady

Pre prihlásenie sa na akúkoľvek z trás podujatia okrem MF33 je potrebné splniť aspoň jeden z kvalifikačných predpokladov:

a) Absolvovanie celej trasy MF50 alebo MF100 v roku 2025 (11. ročník) v rámci časového limitu.
b) Absolvovanie celej trasy iného podujatia, ktoré má pridelené aspoň 3 ITRA body, v rámci limitu určeného organizátorom podujatia medzi dátumom 1.1.2024 a 1 dňom pred spustením registrácie na aktuálny ročník podujatia Malofatranskej stovky.

c) Absolvovanie celej trasy jedného z nasledovných podujatí v SR alebo ČR v rámci limitu určeného organizátorom medzi dátumom 1.1.2024 a 1 dňom pred spustením registrácie na aktuálny ročník podujatia MF100, prípadne aj iných pretekov porovnateľnej dĺžky a prevýšenia kdekoľvek vo svete:

- Slovenská republika: Letecká stovka, Lazová stovka, Javornícka stovka, Kokava Trail, Východniarska, 100 Míľ Krajom Malých Karpát (všetky trasy), Malokarpatská Vertikála, Ultra Fatra, Nízkotatranská Stíhačka, Rusínska stovka, Zázrivské Pobehaňa, Psotkov memoriál, B7 a iné horské preteky podobného typu

- Česká republika: Krakonošova stovka, Týnišťské šlápoty, Špacír, Hostýnská osma, Beskydská sedmička (B7), Loučení s turistickým rokem, Pražská stovka, IMOS LH 24, Otrokovická stovka, Trek Bílé karpaty a iné horské preteky podobného typu

- Ak ste absolvovali iné podujatie neuvedené v týchto zoznamoch, uveďte to v registračnom formulári. V prípade akýchkoľvek otázok ohľadne kvalifikačných predpokladov píšte na mfstovka@gmail.com.

d) Zaručená účasť s povinnosťou registrácie - **registrujte sa čím skôr po spustení registrácie vzhľadom na limitovaný počet miest pretekov:**
- víťazi (1. - 3. miesto) predchádzajúcich ročníkov Malofatranskej stovky (akákoľvek trasa)
- víťazi (1. - 3. miesto) podujatí uvedených v bode c)
- víťazi Slovenskej Ultratrailovej Ligy 2025 (1.-3. miesto)
- členovia Slovak Ultra Trail Tímu

2.3. Podmienky registrácie

2.3.1. Na podujatie je možné prihlásiť sa výhradne pomocou elektronického registračného portálu VysledkovyServis.sk.
2.3.2. V prípade naplnenia štartovnej listiny bude aktivovaný waiting list.
2.3.3. Online prihlasovanie bude ukončené 10.06.2026 o 23:59, alebo v momente naplnenia účastníckeho limitu. Po tomto dátume, ak nebude naplnený účastnícky limit bude sa dať prihlásiť aj na mieste na prezentácii deň pred pretekmi.
2.3.4. Splnenie kvalifikačných predpokladov platných pre aktuálny ročník podujatia (bod 2.2).
2.3.5. Uhradiť štartovný poplatok spôsobom platby kartou priamo pri registracii.
2.3.6. Prihláseným sa účastník stáva až po uhradení štartovného. Hneď po uhradení štartovného sa Vaše meno zobrazí v zozname prihlásených a príde Vám email s potvrdením.
2.3.7. Odporúčame vám, vytvoriť si na stránke prihlasovania účet. To vám umožní robiť akékoľvek zmeny vo vašej prihláške zadarmo.
2.3.8. Kontrola splnenia kvalifikačných predpokladov bude realizovaná následne. V prípade, ak organizátor zistí, že účastník podujatia uviedol v registračnom formulári nepravdivé informácie ohľadne jeho účasti na podujatí kvalifikačného predpokladu, vyradí takéhoto účastníka zo štartovnej listiny bez nároku na vrátenie štartovného poplatku.
2.3.9. Akékoľvek otázky týkajúce sa registrácie môžete adresovať v maili na prihlaska@vysledkovyservis.sk.

2.4. Štartovné číslo

2.4.1. Každý pretekár je povinný mať pripevnené štartovné číslo na hrudi alebo na páse, tak aby bolo viditeľné a nesmie byť prekryté. Bez štartového čísla na hrudi sa môže stať, že Váš čas nebude zaznamenaný.
2.4.2. Štartové číslo je majetkom usporiadateľa.
2.4.3. Štartové čísla sú bez súhlasu usporiadateľa neprenosné na inú osobu. Pretekár, ktorý bude štartovať so štartovým číslom prideleným v štartovej listine inému pretekárovi bude diskvalifikovaný.
2.4.4. Zadná strana štartového čísla - Na zadnej strane štartového čísla máte možnosť vyplniť zdravotné údaje o vás. Tieto údaje použije organizátor výlučne v prípade zdravotných komplikácií pretekára a následného ošetrenia zdravotnou a záchrannou službou. V prípade Vášho záujmu, doplňte prosím predložené údaje o váš aktuálny zdravotný problém, chorobu, alergiou, kontaktnú osobu, prípadne inú dôležitú informáciu, ktorá nám môže pomôcť v prípade, ak vám počas, resp. po skončení behu bude poskytovaná zdravotná pomoc.
2.4.5. Na zadnej strane nájdete aj tel. kontakt na záchrannú službu počas podujatia.
2.4.6. Meranie času a výsledky: Elektronickú časomieru zabezpečuje firma SunBell s.r.o. – VysledkovyServis.sk. Výsledky budú priebežne zverejňované na stránke VysledkovyServis.sk.

2.5. Prevod registrácie na inú osobu

2.5.1. Prevod registrácie na inú osobu je možný v prípade, ak dôvod prevodu je rovnaký ako ten, uvedený v bode 2.6.3 a) alebo b).
2.5.2. Účastník o prevode registrácie na inú osobu informuje organizátora emailom na adresu "prihlaska@vysledkovyservis.sk" najneskôr do konca registrácie (cca 2 týždne pred štartom podujatia).
2.5.3. Pokiaľ si vytvoríte na stránke vysledkovyservis.sk účet, môžete svoje štartovné presunúť na inú osobu, alebo robiť ďalšie zmeny vo svojej prihláške zadarmo. Pokiaľ si účet vytvárať nechcete, štartovné číslo je možné presunúť na inú osobu za manipulačný poplatok 4€.
2.5.4. V prípade, ak chcete prepísať vaše štartové číslo na iného účastníka, môžete tak urobiť na stránke vysledkovyservis.skhttps://www.vysledkovyservis.sk/. V hlavnom menu vyberte položku „Zmena prihlášky" a uveďte všetky údaje o novom účastníkovi. Zmenu však musí urobiť osoba, ktorá bola pôvodne prihlásená. Štartový balík už preberá nový účastník. Po prevzatí štartového balíka už nie je presun štartovného čísla možný.
2.5.5. Osoba, na ktorú je registrácia prevádzaná, musí spĺňať kvalifikačné predpoklady (bod 2.2) a všetky ostatné podmienky platné pre účasť na podujatí (body 1.4; 1.5. a 2.3).
2.5.6. Prevod registrácie je možný len v rámci rovnakej trasy.
2.5.7. Zaplatené štartovné sa nevracia, vysporiadanie štartovného poplatku je vecou odstupujúceho účastníka a jeho náhradníka

2.6. Zrušenie registrácie

2.6.1. Pre zrušenie účasti na podujatí je potrebné zaslať e-mail na adresu prihlaska@vysledkovyservis.sk.
2.6.2. E-mail musí obsahovať meno, priezvisko, registračné číslo a číslo bankového účtu pre vrátenie registračného poplatku, ak na to má účastník právo podľa bodu 2.6.3. Ak mal účastník objednané tričko, resp. iný merch, zašleme tieto produkty poštou na adresu, ktorú je treba emailom poslať na mfstovka@gmail.com. Poplatok pre garanciu vrátenia štartovného poplatku sa nevracia.
2.6.3. Vrátenie zaplateného registračného poplatku je možné iba pri splnení bodov 1), 2) a 3) a) alebo b). V každom prípade, musí mať účastník zaplatený poplatok pre garanciu vrátenia štartovného poplatku:

1) Účastník má v rámci registrácie uhradený dodatočný poplatok pre garanciu vrátenia registračného poplatku.
2) Oznámenie o zrušení účasti na podujatí bude zaslané výhradne prostredníctvom e-mailu na adresu prihlaska@vysledkovyservis.sk najneskôr 14 kalendárnych dní pred štartom podujatia.
3) Príčinou zrušenia účasti na podujatí je:
a) Zranenie alebo choroba znemožňujúca účasť, ktorá je dokladovaná lekárskym potvrdením, ktoré účastník doručí organizátorovi podujatia najneskôr 7 kalendárnych dní po termíne ukončenia podujatia
alebo
b) Rodinná udalosť (s oznámením neúčasti na podujatí najneskôr 14 kalendárnych dní pred štartom podujatia)

2.7. Povinná a odporúčaná výbava

2.7.1. Základná povinná výbava - bude kontrolovaná na vybraných občerstvovacích staniciach

- **Batoh** schopný niesť povinnú výbavu počas celého podujatia
- **Mobilný telefón** (veľmi odporúčame smartfón), účastník musí byť zastihnuteľný kedykoľvek pred, počas aj po skončení podujatia:
  - mobilný telefón s uloženými číslami na bezpečnostné kontakty organizátora (uvedené v kontrolnej karte účastníka a v bode 2.13.4), vaše číslo nesmie byť utajené a nezabudnite si nabiť batériu
  - telefón nechajte zapnutý, letecký mód nie je povolený a môže znamenať penalizáciu
  - externá batéria (powerbanka) je veľmi odporúčaná
- **mapy** s kompletným pokrytím trasy v papierovej forme alebo mobilný telefón s offline mapami a externou nabíjačkou (powerbank),
- **Vlastný pohárik** min 1,5 dl (fľaše alebo termosky s vrchnákmi nie sú povolené
- **Nádoby (fľašky) na zásobu nápojov v objeme 2 litre**
- **2 funkčné čelovky** v dobrom stave (odporúčame svietivosť min 200 lumenov). Ak sú čelovky nabíjateľné, musia byť plne dobité a v prípade pochybnosti ohľadom vydrže čeloviek zoberte aj powerbanku pre ich prípadné dobitie. Ak sú napájané batériami, musia byť súčasťou výbavy čeloviek batérie. Namiesto jednej čelovky môže byť použité aj svietidlo (baterka) do ruky. **Pre trasu MF50 1 funkčná čelovka. Pre trasu MF33 Čelovka nepovinná.**
- **Izotermická fólia** 1,4 x 2 m min.
- **Píšťalka**
- **Adhezívna elastická bandáž,** ktorá môže slúžiť ako bandáž alebo lepiaca páska (min. 100 x 6 cm)
- Zásoba vlastného jedla (odporúčame 800 - 1,000 kcal)
- **Čiapka** alebo šatka alebo Buff®
- **ID (občiansky preukaz)**
- **Poistenie** kryjúce zásah HZS (pozri 2.10)
- **Bunda s kapucňou** pre prípad nepriaznivého počasia v horách s vodeodolnou (min. 10 000 Schmerber) a priedušnou membránou (RET spodný index = 13).
  - bunda musí byť vybavená integrovanou kapucňou alebo kapucňou, ktorá je k bunde pripevnená pôvodným systémom navrhnutým na tento účel výrobcom
  - švy musia byť podlepené
  - bunda nemôže mať časti látky, ktoré nie sú vodotesné, sú však akceptované prieduchy od výrobcu (spodné rameno, zadná časť), pretože neovplyvňujú nepriepustnosť

- Je na zodpovednosti účastníka, aby na základe týchto kritérií posúdil, či jeho bunda vyhovuje stanoveným požiadavkám a vydrží zlé počasie v horách, avšak počas kontroly povinnej výbavy rozhoduje o vhotnosti bundy osoba poverená organizátorom.

2.7.2. Výbava pre horúce počasie (môže byť vyžadovaná organizátorom, podľa podmienok počasia)

- Slnečné okuliare
- Saharská čiapka alebo akákoľvek kombinácia, ktorá úplne zakrýva hlavu a krk
- Opaľovací krém: odporúčame ochranný faktor min. 50
- Zásoba nápojov min. 2 liter

2.7.3. Výbava pre chladné, daždivé alebo veterné počasie (môže byť vyžadovaná organizátorom, podľa podmienok počasia)

- Vetruodolná bunda (“vetrovka”) s vode odpudzujúcou vrstvou (ochrana DWR)
- Teplá vrstva oblečenia (medzivrstva medzi nepremokavou bundou/vetruodolnou bundou a spodnou vrstvou oblečenia; odporúčame materiál Polartec® alebo podobný materiál)
- Pevná a uzatvorená bežecká obuv (s výnimkou minimalistických alebo ultraľahkých tenisiek)

2.7.4. Ostatná odporúčaná výbava (zoznam nie je definitívny)

- Náhradné teplé oblečenie, ktoré je nevyhnutné v prípade chladného, daždivého alebo veterného počasia alebo v prípade zranenia.
- Palice v prípade daždivého počasia pre vašu bezpečnosť na klzkom a mokrom povrchu
- Vazelína, chladivý krém alebo gél
- Hotovosť cca 40 eur (pre prípad nepredvídaných udalostí)
- Miska na opakované použitie
- GPS hodinkys nahratou trasou alebo nahratý GPX záznam v digitálnej mape mobilného telefónu
- Malý nožík alebo skladacie nožnice na prerezanie elastickej bandáže
- rolnička

2.7.5. Ak sa rozhodnete použiť palice, musíte ich mať u seba počas celého času trvania podujatia. Je zakázané štartovať bez palíc a zobrať si ich v priebehu podujatia. Je zakázané mať palice v drop bagu.

2.8. Trasa, pohyb po trase a predčasné ukončenie

2.8.1. Trasa vedie po značených lesných a horských turistických chodníkoch cez pohorie Malá Fatra (Krivánska Fatra - Národný park a Lúčanská Fatra) s viacerými výraznými stúpaniami a klesaniami. Na trase je niekoľko čiastočne exponovaných úsekov, väčšina z nich je zaistená reťazami alebo rebríkmi.

2.8.2. Detailný popis trasy (itinerár) a GPX súbor pre navigáciu budú pre aktuálny ročník podujatia k dispozícii na webstránke podujatia a organizátor ich bude komunikovať všetkým účastníkom aj emailom.

2.8.3. Pohyb účastníkov je povolený len po určenej trase t.j. značených turistických chodníkoch podľa itinerára (detailného popisu trasy) a v Národnom parku Malá Fatra sa nebudú pohybovať mimo oficiálnych návštevných hodín , t. j. v čase od 21:00 do 6:00 hod.

2.8.4. Účastníci nesmú odhadzovať odpadky mimo organizátormi obsadené kontrolné stanovištia alebo verejné odpadové nádoby či kontajnery.

2.8.5. Každý účastník podujatia si musí byť vedomý, že sa bude pohybovať v prostredí viacerých Národných prírodných rezervácií, ako aj Národného parku Malá Fatra a Národného parku Veľká Fatra a je povinný dodržiavať legislatívu SR, menovite Zákon č. 543/2002 o ochrane prírody a krajiny.

2.8.6. V prípade očividne sa blížiacej búrkovej činnosti je zakázané vystupovať na exponované vrcholy.

2.8.7. Je zakázané vstupovať na súkromné pozemky.

2.8.8. Nosenie výstroja bežca inou osobou je striktne zakázané.

2.8.9. Účastník je povinný poskytnúť pomoc inému účastníkovi v núdzi.

2.8.10. V prípade zistenia okolností, ktoré by ohrozovali život, alebo zdravie účastníkov na trase podujatia, je účastník túto skutočnosť povinný bezodkladne oznámiť organizátorovi podujatia.

2.8.11. Osobná pomoc (asistencia) účastníkovi (napr. zo strany rodinných príslušníkov, priateľov) je tolerovaná iba na živých kontrolných stanovištiach - občerstvovacích staniciach.

2.8.12. V záujme zabezpečenia rovnakých podmienok pre absolvovanie pretekov Malofatranská stovka na všetkých trasách pre všetkých účastníkov nie sú povolení sprievodní bežci, tzv. "paceri". Výnimku z tohto pravidla tvoria tzv. “vodiči” pre účastníkov so zrakovým postihnutím (so súhlasom organizátora).

2.8.13. V prípade predčasného ukončenia účasti mimo kontrolného miesta ste povinní o tom telefonicky informovať organizátora podľa pokynov v itinerári. Účastníci, ktorí tak neurobia, budú zodpovední za všetky náklady spojené s ich lokalizovaním, vrátane nákladov na pátracie akcie.

2.8.14. Ak predčasne skončíte a zároveň sa nachádzate na území Národného parku (Malá Fatra - Krivánska časť), ste povinní územie NP opustiť pred 21:00 hodinou.

2.8.15. Organizátor alebo ním poverená osoba (najmä dobrovoľník, člen HS/HZS) má právo zastaviť účastníka, ktorého zdravotný stav nepredpokladá úspešné dokončenie trasy (očividné zranenie, nadmerné vyčerpanie) teda jeho ďalší postup by predstavoval neprimerané riziko. Zastavený účastník nie je ďalej evidovaný ako účastník podujatia.

2.8.16. Organizátor má právo diskvalifikovať účastníka (DSQ), ktorý vykazuje známky požitia alkoholických nápojov aj počas trvania podujatia.

2.8.17. Organizátor si rovnako vyhradzuje právo zrušiť alebo prerušiť konanie podujatia alebo niektorej z disciplín podujatia v prípade vážneho nebezpečenstva, a to najmä vojny, nepriaznivého počasia, nebezpečenstva teroru alebo iného útoku ohrozujúceho bezpečnosť účastníkov podujatia, resp. z iných vopred nepredvídateľných vis maior udalostí a okolností. V takomto prípade nemá účastník nárok na vrátenie štartovného poplatku, resp. jeho časti nakoľko, organizátorovi už vznikli náklady na prípravu podujatia v čase pred samotným momentom prerušenia/zrušenia podujatia. Organizátor však môže po zvážení všetkých okolností a vyčíslení nákladov spojených s prípravou podujatia kompenzovať účastníkovi časť štartovného.

2.8.18. Organizátor si vyhradzuje v závislosti od okolností právo upraviť a bližšie špecifikovať niektoré údaje uvedené v týchto pravidlách, resp. organizačných pokynoch.

2.9. Kontrolné miesta a časové limity

2.9.1. Na trase podujatia sú umiestnené kontrolné stanovištia - občerstvovacie stanice obsadené organizátormi podujatia resp. nimi poverenými dobrovoľníkmi na miestach, o ktorých sú účastníci informovaní prostredníctvom webovej stránky Malofatranskej stovky a karty itinerára.

2.9.2. Na každom kontrolnom stanovišti dostane účastník záznam času príchodu do elektronickej časomiery. Záznam času bude na všetkých živých kontrolných stanovištiach vykonaný pomocou elektronickej časomiery Ku stanovišťu kontroly preto účastník pristupuje ihneď pri príchode na kontrolné stanovište, t.j. nie pri odchode z neho alebo až po občerstvení.

2.9.3. Okrem hlavného časového limitu pre dokončenie celej trasy sú na každej trase určené čiastkové limity na určených kontrolných stanovištiach. V prípade nedodržania časového limitu na jednom z týchto stanovíšť účasť pretekára na podujatí končí záznamom DNF do elektronickej časomiery a odovzdaním štartovného čísla dobrovoľníkom na kontrole, účastník však môže pokračovať na trase mimo podujatia.

2.9.4. Účastník, ktorý v rámci pravidiel podujatia prejde všetkými kontrolnými stanovišťami s dodržaním ich časových limitov a dorazí do cieľa v určenom celkovom časovom limite, obdrží v cieli ITRA body podľa ohodnotenia jednotlivých trás.

Trasa MF33

MF33	Názov kontrolného miesta	Parametre		Časový limit	Pozícia na mape
		KM	M↑	sobota	
ŠTART	**Terchová, RIC Terchovec**	0	0	06:00	LINK
K1	Stará dolina	11	912	07:00 - **09:30**	LINK
K3	Chata pod Chlebom	16	1718	08:00 - **11:30**	LINK
K4	Chata pod Kľačianskou Magurou	30,4	2242	09:30 - **15:00**	LINK
CIEĽ	**Lipovec**	35,8	2460	10:30 - **17:00**	LINK

Trasa MF50 a MF100

MF50	MF100	Názov kontrolného miesta	Parametre		Časový limit		Pozícia na mape
			KM	M	sobota	nedeľa	
ŠTART	**ŠTART**	**Terchová, RIC Terchovec**	0	0	06:00		LINK
K1	K1	Stará dolina	14,1	1129	07:30 - **09:30**		LINK
Bonus	Bonus	Štefanová	19,4	1129	07:00 - 10:45		LINK
K2	K2	Sedlo Medziholie	26,6	2355	09:30 - **13:30**		LINK
K3	K3	Chata pod Chlebom	37,4	3305	11:00 - **16:30**		LINK
K4	K4	Chata pod Kľačianskou Magurou	51,9	3739	13:00 - **20:00**		LINK
CIEĽ	K5	**Lipovec**	56,4	4115	13:30 - **21:00**		LINK
	K6	Martinské hole, Rotunda	69	5312	15:30	**01:00**	LINK
	K7	Sedlo pod Hnilickou Kýčerou	83	5898	17:30	**05:30**	LINK
	K8	Vrícko, koniec obce	95,3	6201	19:30	**11:00**	LINK
	CIEĽ	**Fačkov, Škola**	107	6681	21:30	**16:00**	LINK

2.10. Fair play

2.10.1. Odmietnutie pomoci inému účastníkovi podujatia v prípade núdze, fyzická či slovná inzultácia alebo ohrozovanie organizátorov alebo dobrovoľníkov, odmietnutie kontroly povinnej výbavy, chýbajúce prvky povinnej výbavy (najmä bunda, čelovka, mobilný telefón, izotermická fólia, zásoba vody min. 1 liter) znamená diskvalifikáciu účastníka (DSQ).

2.10.2. Úmyselné porušovanie trasy (skracovanie trasy), použitie dopravného prostriedku, využitie sprievodného bežca - pacera, úmyselné poškodenie, zničenie alebo odcudzenie majetku organizátora a akékoľvek iné spôsoby podvádzania a nečestného konania majú za následok DSQ a zároveň vylúčenie zo všetkých ďalších ročníkov podujatia.

2.10.3. Nerešpektovanie pokynov organizátora, fyzická ci slovná inzultácia alebo ohrozovanie organizátorov a dobrovoľníkov podujatia, dobrovoľníkov z oddielov Horskej Služby (HS) alebo členov Horskej Záchrannej Služby (HZS) znamená DSQ a zároveň vylúčenie zo všetkých ďalších ročníkov podujatia.

2.10.4. Chýbajúci vlastný pohár s objemom minimálne 1,5 dl, chýbajúci doklad totožnosti, chýbajúca fľaška na vodu (objem dokopy musí byť 2l), chýbajúca izotermická fólia alebo akákoľvek súčasť povinnej výbavy sú penalizované pridaním 1 hodiny k celkovému času. V prípade chýbajúcej výbavy potrebnej pre základnú bezpečnosť - žiadna zásoba vody min. 1 liter, chýbajúca bunda, čelovka alebo izotermická fólia - **okamžitá diskvalifikácia** (DSQ).

2.10.5. Nesprávne umiestnené štartovné číslo (štartovné číslo nie je viditeľné, alebo je umiestnené na zadnej časti tela alebo na batohu) je penalizované pridaním 15 minút k celkovému času. Výnimkou sú okolnosti, kedy organizátor povolí aj iné umiestnenie štartovného čísla ako je uvedené.

2.10.6. Účastníci nesmú odhadzovať odpadky mimo organizátormi obsadené kontrolné stanovištia alebo verejné odpadové nádoby či kontajnery. Vedomé odhadzovanie odpadkov mimo organizátormi obsadené kontrolné stanovištia alebo verejné odpadové nádoby či kontajnery je penalizované pridaním 1 hodiny k celkovému času.

2.10.7. Penalizácia alebo diskvalifikácia bude uplatnená v mieste, kde bolo zistené porušenie pravidiel účastníkom. Vykoná ju dobrovoľník na stanovišti v mieste zistenia porušenia po telefonickej konzultácii s hlavným usporiadateľom.

2.10.8. Protest proti možným problémom v organizácii alebo priebehu podujatia je možné podať v cieli najneskôr do 1 hodiny po skončení celkového časového limitu podujatia. Protest podáva účastník osobne u hlavného usporiadateľa alebo dobrovoľníka. Podmienkou podania protestu je uhradenie kaucie 20 eur. V prípade uznania protestu hlavným usporiadateľom bude kaucia 20 eur vrátená účastníkovi, v prípade neuznania protestu kaucia prepadá v prospech organizátora. V prípade sporu má vždy konečné rozhodujúce slovo hlavný usporiadateľ.

2.11. Poistenie

2.11.1. Účastník je povinný byť poistený pre termín konania podujatia vhodným typom poistenia. Poistenie musí pokrývať náklady na zásah HZS (Horskej záchrannej služby) na Slovensku a musí sa vzťahovať na organizované verejné športové a turistické podujatia. Poistenie zakúpené pri registrácii zahŕňa všetko potrebné.

2.11.2. Vo výlukách z poistenia by nemali byť uvedené športové preteky alebo športová činnosť.

2.11.3. Účastník je povinný preukázať svoj doklad o poistení (na ktorom je viditeľné, že sa vzťahuje na zásah HZS na Slovensku) počas prezentácie účastníkov pred štartom podujatia.

2.11.4. Poistenie Alpenverein sa vzťahuje na zásah HZS na Slovensku.

2.11.5. Zabezpečenie si vhodného poistenia a overenie jeho platnosti pre podujatie je zodpovednosťou každého účastníka.

2.11.6. Niektoré možnosti poistenia na zásah HZS sú uvedené na webstránke Horskej záchrannej služby.

2.11.7. Informácie o poistení uvedené v tomto dokumente sú informatívneho charakteru a hlavný organizátor nezodpovedá za typ poistenia, ktoré si účastník uzatvorí.

2.12. Občerstvenie

2.12.1. Organizátor zabezpečuje pre účastníkov občerstvenie na vopred určených miestach (kontrolných stanovištiach).

2.12.2. Okrem toho organizátor vyžaduje, aby mal každý účastník dostatočnú zásobu vlastného jedla podľa osobných preferencií.

Zásoba vlastného jedla a občerstvenie	
Na trase sú občerstvovacie miesta, prečo musím mať vlastnú zásobu jedla?	Podujatie je organizované ako semi-autonómne; občerstvovacie miesta nie sú na trase každý kilometer, preto musíte byť medzi jednotlivými občerstvovacími miestami sebestační. Takisto musíte byť sebestační v prípade problémov alebo úrazu, mať dostatok vlastných zásob na doplnenie energie kým príde pomoc.
Aké jedlo si mám vziať? A koľko?	Zoberte si čokoľvek máte radi, čo bežne konzumujete počas športových alebo turistických podujatí. Môže ísť o cereálne tyčinky, slané krekry, chlieb alebo syr. Každý má však vlastné preferencie a mal by poznať svoje vlastné potreby.
Ak som spotreboval svoju zásobu jedla, môžem sa zásobiť na občerstvovacích miestach, aby som mal dostatočnú zásobu stále so sebou podľa pravidiel?	Áno, samozrejme! Môžete si zobrať čokoľvek z občerstvovacieho miesta predtým, než budete pokračovať ďalej. Dávajte si však pozor a nevyhadzujte obaly a iné odpadky na trase. Všetky odpadky uschovajte u seba (súčasť povinnej výbavy je vlastné vrecko na odpadky) a na nasledujúcom občerstvovacom mieste ich môžete hodiť do označených smetných košov.
Aké je zloženie občerstvenia?	V ponuke je tento sortiment občerstvenia: 1) Nápoje (čistá voda, iontový a energetický nápoj, cola, čaj, káva, birell) 2) Ovocie (melóny, pomaranče, banány) 3) Zelenina (rajčiny, nakladané uhorky) 4) Doplnky (soľ, hroznový cukor, kandizované ovocie, oriešky, magnézium) 5) Tuhé jedlo (cereálne alebo energetické tyčinky, sladký alebo slaný koláč, čokoláda, slané krekry alebo čipsy, syr, saláma, škvarky, chlieb s masťou alebo nutelou) 6) Teplé jedlo (cestoviny so syrom, zeleninová polievka, kurací vývar)

2.13. Bezpečnosť a zdravotná pomoc

2.13.1. Organizátor počas podujatia spolupracuje s dobrovoľníkmi z Horskej záchrannej služby (HZS) na zabezpečení niektorých živých kontrolných stanovíšť na trase v teréne. HZS je tvorená dobrovoľníkmi. Členovia HZS majú potrebné znalosti, odbornú kvalifikáciu a vybavenie pre poskytnutie kvalifikovanej zdravotnej a technickej pomoci účastníkom v prípade núdze alebo nehody.

2.13.2. Podujatie je v zmysle zákona ohlásené Horskej záchrannej službe (HZS) a členovia HZS sú v prípade núdze pripravení poskytnúť účastníkom pomoc. Členovia HS a HZS sú považovaní za organizátora a

účastníci sú povinní riadiť sa ich pokynmi. Nerešpektovanie pokynov HS alebo HZS znamená diskvalifikáciu účastníka (DSQ) z aktuálneho a všetkých ďalších ročníkov podujatia.

2.13.3. Na kontrolných miestach sú zabezpečené lekárničky s možnosťou ošetrenia drobných úrazov a menších zranení.

2.13.4. Ak účastník podujatia utrpí nehodu a nebude môcť dosiahnuť vlastnými silami najbližšie miesto na trase dostupné vozidlom resp. najbližšie kontrolné miesto obsadené organizátorom, je povinný nahlásiť udalosť v tomto poradí:

1) *Najbližšie kontrolné miesto obsadené dobrovoľníkmi z Horskej Služby (HS), tel. kontakty sú uvedené v itinerári (popise trasy), ktorú obdrží každý účastník*
2) *NONSTOP dispečing HZS na tel. č. 18300 (bezplatné číslo)*
3) *Stredisko HZS Malá Fatra – Vrátna: tel. č. +421 (0)903 624 028 / +421 (0)41 569 5232*
4) *Tiesňové volanie Integrovaného Záchranného Systému: tel. č. 112 (bezplatné číslo)*

2.14. Ochrana osobných údajov

2.14.1. Účastník ako dotknutá osoba udeľuje súhlas so spracovaním svojich osobných údajov uvedených v registračnom formulári na účel registrácie na podujatie, prevádzkovateľovi Občianskemu združeniu SLOVAK ULTRA TRAIL so sídlom Nejedlého 41, Bratislava, IČO 42364582 na čas 1 rok. Súhlas je možné kedykoľvek u prevádzkovateľa odvolať zaslaním žiadosti na adresu sídla prevádzkovateľa.

Často kladené otázky

Všeobecne o podujatí	
Som priemerný turista, zatiaľ som neabsolvoval žiadny diaľkový pochod (50, resp. 100 a viac km non-stop), zvládnem trasu podujatia?	Nakoľko trasa podujatia je svojím profilom veľmi náročná, je súčasťou registrácie aj overovanie kvalifikačných predpokladov pre účasť na podujatí.
Je trasa podujatia špeciálne vyznačená vlastným značením?	**Nie.** Organizátor predpokladá, že účastníci sú schopní orientovať sa v horskom teréne podľa GPS, existujúceho turistického značenia, mapy a popisu trasy v itinerári. Vyznačené sú len úseky vedúce mimo turistických značiek, niektoré výrazné zmeny smeru trasy (fáborky, šípky) a nočné značenie.
Môžem mať na trase vlastnú podporu (občerstvenie, náhradné oblečenie a pod.)?	**Nie.** V rámci fair-play nie je takáto podpora dovolená. Organizátor zabezpečuje občerstvenie na určených stanovištiach a tiež službu “drop bag”.
Môžem mať na trase vlastnú podporu spolubežca (pacera), ktorý nie je na štartovnej listine Malofatranskej stovky?	**Nie.** V rámci fair-play nie je takáto podpora dovolená. Všetci bežci by mali mať rovnaké podmienky. Zároveň je počet účastníkov podujatia limitovaný, preto nie je možné bežať so spolubežcom, ktorý nie je na preteky oficiálne prihlásený.
Je zabezpečený prevoz batožiny zo štartu do cieľa a služba “drop bag”?	**Áno.** Organizátor zabezpečuje transport batožiny zo štartu do cieľa – len veci, ktoré účastníci nebudú mať so sebou počas podujatia a takisto službu "drop bag" na vopred určené miesto.

Je zabezpečený transport z cieľa na štart?	Organizátor zabezpečuje transport účastníkov z cieľa naspäť na miesto štartu v prípade, ak účastník nemá inú možnosť. Podrobnosti sú uvedené v Dodatku k pravidlám.
Je povolená účasť so psom (dogtrekking)?	**Áno.** Účastník môže mať psa ako doprovod pri splnení nasledovných podmienok: 1. pes musí byť starší ako 1 rok 2. účastník musí predložiť na prezentácii očkovací preukaz psa s platným očkovaním 3. pes musí byť počas celého podujatia v pevnom spojení s účastníkom prostredníctvom dogtrekkerského postroja alebo vôdzky 4. pes nesmie výrazným spôsobom pomáhať účastníkovi 5. účastník je v plnej miere zodpovedný za psa a tiež za dodržiavanie ustanovení Návštevného poriadku Malá Fatra 6. účastník je povinný zabezpečiť pre psa vlastné občerstvenie a niesť o 1 liter viac vody ako bežný účastník 7. účastník je povinný zabezpečiť, aby pes neobťažoval iných pretekárov, organizátorov, či dobrovoľníkov Nedodržanie týchto podmienok môže znamenať diskvalifikáciu (DSQ) účastníka.

Povinná a odporúčaná výbava

Všeobecne	
Je povinná výbava naozaj povinná?	**Áno.** Musíte mať kompletnú povinnú výbavu na sebe alebo so sebou v batohu počas celého podujatia.
Je povinná výbava kontrolovaná? Ak áno, kedy?	Povinná výbava je kontrolovaná počas podujatia na niektorom kontrolnom mieste. Je vašou povinnosťou mať kompletnú povinnú výbavu so sebou počas celého podujatia.
Je zoznam povinného vybavenia rovnaký pre všetky trasy?	**Áno.** Základná povinná výbava (bod 2.7.1) je rovnaká pre všetky trasy podujatia vrátane možnej alternatívnej povinnej výbavy (pozrite body 2.7.2 a 2.7.3). O povinnosti mať alternatívnu povinnú výbavu rozhoduje hlavný usporiadateľ podujatia a účastníkov o tomto informuje v dostatočnom predstihu pred štartom podujatia.
Čo riskujem, ak so sebou nemám svoju povinnú výbavu?	Organizátor vykonáva kontrolu povinnej výbavy prostredníctvom určených dobrovoľníkov, ktorí sú na to poverení. V prípade chýbajúcej výbavy potrebnej pre vašu bezpečnosť - žiadna zásoba vody min. 1 liter, chýbajúca bunda, čelovka alebo izotermická fólia - **okamžitá diskvalifikácia** (DSQ). Nejde o trest ale o preventívne opatrenie, aby sa zabránilo situácii, v ktorej by ste sa mohli byť neskôr ocitnúť v nebezpečenstve.
Mobilný telefón	
Prečo musím mať počas podujatia zapnutý telefón?	V prípade, ak je podujatie prerušené, nechajte telefón zapnutý, aby ste dostali informácie týkajúce sa podujatia. Organizátor musí byť

	schopný vás kontaktovať za akýchkoľvek okolností, vrátane času pred a po podujatí, v prípade zlých podmienok počasia alebo za akýchkoľvek nepredvídaných okolností. Ak si myslíte, že vás bude počas podujatia rušiť zvonenie, zapnite si tichý mód a nechajte len signál "upozornenie na textovú správu".
Zmenil som svoje telefónne číslo, čo mám robiť, aby som oznámil nové?	Oznámiť zmenu telefónneho čísla môžete emailom na prihlaska@vysledkovyservis.sk alebo na prezentácii.
Môžem počas podujatia nabíjať batériu pre svoj telefón?	Nebude možné nabíjať telefóny na občerstvovacích miestach, takže telefón musí byť 100% nabitý pred začiatkom podujatia. Dôrazne sa odporúča minimalizovať používanie telefónu počas podujatia, deaktivovať všetky nepotrebné aplikácie a služby, ako sú napr. Bluetooth a 3G.
Ďalšie doplňujúce rady?	Telefón si môžete dať do nepremokavého obalu, aby ste zabránili jeho namočeniu, v prípade daždivého počasia. Existujú telefóny, ktoré sú odolné proti vode, nárazom a prachu (normeIP57) s veľkou autonómiou. **Zaregistrujte si čísla tiesňového volania na svojom telefóne:** ● *Najbližšia hliadka dobrovoľníkov Horskej Služby (HS) umiestnená v horskom teréne na určených miestach (tel. kontakty sú uvedené v popise trasy každého účastníka).* ● *NONSTOP dispečing HZS na tel. č. 18300 (bezplatné číslo)* ● *Stredisko HZS Malá Fatra – Vrátna: tel. č. +421 (0)903 624 028 / +421 (0)41 569 5232* ● *Tiesňové volanie Integrovaného Záchranného Systému: tel. č. 112 (bezplatné číslo)*
Vlastný pohárik min 1,5 dl (okrem fľaše na vodu)	
K čomu je určený pohárik?	Aby sa predišlo plytvaniu používaním jednorazových plastových pohárov počas podujatia, musí byť každý účastník vybavený vlastným pohárikom s minimálnym objemom 1,5 dl, na naberanie vody a nápojov na občerstvovacích miestach.
Môžem použiť netradičný pohárik, napríklad z obalu od džúsu (tetrapak)?	V podstate áno, niektorí účastníci to považujú za jednoduché riešenie, veľmi ľahké a ultra kompaktné vo vrecku. Je však potrebné skontrolovať, či je dno pohárika dostatočne pevné, aby vydržalo po celý čas trvania podujatia a nezničilo sa vplyvom manipulácie a aby odolal teplu.
Nádoby na zásoby nápojov v objeme min. 2 litre	
Prečo musím mať rezervu na 2 1 litre vody?	Podujatie je organizované ako semi-autonómne; nie sú na každom kilometri ani občerstvovacie miesta, ani pitná voda, takže medzi občerstvovacími miestami musia byť účastníci autonómni. Musíte byť tiež sebestační v prípade problému, mať dostatok vody na to, aby ste sa znova hydratovali, kým čakáte na pomoc.

Jedna čelovka s náhradnými batériami	
Stačí jedna čelovka?	**Nie**, je potrebné mať aj rezervnú pre prípad, že sa prvá čelovka poškodí alebo prestane fungovať. Ak sú čelovky nabíjateľné, musia byť plne dobité a v prípade pochybnosti ohľadom výdrže čeloviek zoberte aj powerbanku pre ich prípadné dobitie. Ak sú napájané batériami, musia byť súčasťou výbavy čeloviek batérie. Namiesto druhej čelovky je možné mať svietidlo - baterku do ruky. Povinnosť mať 2 čelovky platí len pre MF100. Pre účastníkov MF50 je povinná mať len 1 čelovku. Pre MF33 je čelovka nepovinná.
Musím mať náhradné batérie pre čelovku?	**Áno.**
Môžem použité batérie vyhodiť na občerstvovacích miestach?	**Áno.** Na každej občerstvovacej stanici nájdete označenú krabicu na použité batérie. Ak ho nenájdete, spýtajte sa dobrovoľníkov.
Izotermická fólia rozmerov min. 1,4 x 2 m	
Ako je izotermická fólia užitočná, keď sú na trase miesta prvej pomoci?	Izotermická fólia poskytuje ochranu pred chladom, teplom, dažďom, vlhkosťou a vetrom, v prípade problémov alebo zranenia na trase, zatiaľ čo čakáte na pomoc.
Ako mám správne použiť izotermickú fóliu?	Jednotlivé strany izotermickej fólie sú rôzne, zvyčajne jedna strana je zlatá a druhá strieborná. Ak je zlatý povrch vonkajšou stranou, chráni pred chladom (pretože chráni teplo osoby, aby sa udržiavalo v teple). Keď je zlatý povrch vo vnútri, chráni pred teplom (napríklad pred slnkom, pretože strieborná strana odráža slnečné lúče). Aby ste dosiahli želaný efekt, fólia musí úplne zabaliť telo. Aj malá medzera umožňuje vniknutiu vetru a fólia je potom zbytočná. Fóliu je zvyčajne možné použiť iba raz. Riaďte sa pokynmi priloženými k vašej fólii.
Píšťalka	
Prečo musím mať píšťalku?	Píšťalka je užitočná, ak zablúdite napríklad do doliny alebo rokliny. Možno budete len pár metrov od chodníka, ale nikto by vás nevidel. Zvuk píšťalky je počuť lepšie ako ľudský hlas. Ľudia alebo účastníci v okolí vás môžu lepšie počuť a prísť vám na pomoc. Píšťalka môže byť užitočná takisto aj v hmle, ak sa stratíte alebo ako prevencia stretu s medveďom. Na tento účel je vhodné mať so sebou aj rolničku.
Adhezívna elastická bandáž, ktorá môže slúžiť ako bandáž alebo lepiaca páska (min. 100 x 6 cm)	
Na aké použitie je potrebná?	Ak sa na trase zraníte a ostanete sami, bez mobilnej siete, použitie elastickej bandáže na problémové miesto (členok, koleno, väzivo) môže znamenať jediný spôsob ako sa pomocou vlastných prostriedkov dostanete k najbližšiemu záchrannému bodu.
Bunda s kapucňou pre prípad nepriaznivého počasia v horách s vodeodolnou (min. 10 000 Schmerber) a priedušnou membránou (RET spodný index = 13).	

Čo znamenajú indexy “Schmerber” a “RET”?	Index Schmerber je meradlom nepriepustnosti textilu. 1 Schmerber = 1 mm vodný stĺpec = 0,1 mbar. Index RET (Resistance Evaporation Transfer) meria schopnosť látky nechať unikať vodnú paru generovanú telom (potenie). RET je znakom rezistencie, čím slabší je, tým viac naznačuje, že odev dýcha (je priedušný).
Štítok na mojej bunde ukazuje 5 000 Schmerber. Odporúčate minimálne 10 000 Schmerber. Prejde moja bunda kontrolou povinnej výbavy?	Teoreticky áno, vaša bunda môže vyhovovať požiadavkám na povinnú výbavu. Za nepriaznivých poveternostných podmienok však takáto bunda nebude dostatočne odolná voči silnému dažďu počas celej doby trvania podujatia (15 - 32 hodín).
Existuje zoznam búnd, ktoré zodpovedajú pravidlám?	Nie, pretože počet búnd je príliš veľký.
Čiapka, šatka alebo ekvivalent	
Čo by som mal mať?	Musíte mať nejakú formu pokrývky hlavy, ktorá chráni vašu hlavu, keď je horúce a slnečné počasie.