2020雷越野中国三峡超级越野赛 参赛注意事项

请您务必耐心、认真仔细的读完本篇文字，这对您参加并顺利完赛非常重要！

亲爱的跑友：您好！

2020雷越野中国三峡超级越野赛将于11月26-28日举行。本次比赛我们将以国家和各级政府对抗疫的有关规定为标准，以最大程度的保证参赛者、志愿者、工作人员健康为目标，严格按规矩办事。希望全体参赛运动员积极配合，使2020雷越野中国三峡超级越野赛取得圆满成功！

现在我们有一些重要信息通知您：

关于防疫要求：赛前报到时，须戴口罩，接受体温检查，出示健康行程码。运动员服务中心门口将控制进入人数，完成报到后请迅速离开，不要人员聚集。

关于轨迹：本次比赛我们把比赛线路的KML格式轨迹发给参赛者，请将轨迹导入您使用的设备上(运动手表或手机)，在比赛中使用。要确保正确使用，确保设备(手机)始终有电。

关于补给：运动员在补给站休息、补给时，请不要直接用手到大容器里抓食物，不要聚堆用餐。此外，要积极响应国家的号召，不浪费食物。

关于装备：请尊重自己、尊重赛事，自觉携带必带装备参赛，赛前报到和比赛当中将检查必带装备，不符标准者，将被停止比赛。

恶心嘱咐您：深秋初冬天气多变，请务必按赛事要求和个人需求带足装备。防滑、保暖是重中之重 ！

重点提示您：① 本次比赛各补给站均不提供纸杯，请务必自带喝水容器。

② 本次比赛各补给站急救药箱不含缓解疼痛的“云南白药喷雾剂”，需要者请自备。

关于防火和保护环境：任何人不得带火种上山，不准在赛道上吸烟和使用任何火种。任何人不准乱扔垃圾。如有违反以上规定将被处罚，造成后果者按法律规定处理。

这是一场万众瞩目的中国越野跑年终大赛，“三峡论剑相约宜昌，一战封神会师秭归”！

让我们一起创造属于中国越野跑的经典之作 ！ 一起书写属于我们自己的辉煌 ！

01. 赛前活动安排

报到须知

175K项目：11月26日08:00至15:00，**秭归豪庭大酒店。**

108K/55K项目：11月26日08:00至15:00，27日08:00至10:00，**秭归豪庭大酒店。**

需携带：① 身份证原件 ② 本人签名的“参赛通知书” ③ 体检报告(原件或电子版均可) ④ 必带装备

请注意：本比赛不在宜昌市内及比赛起点滨江公园设报到处。各项目统一在秭归报到。

请注意：赛前不可替他人领取参赛包；经本人写邮件申请，赛后将邮寄参赛包。

02. 赛前技术培训会

175K项目：11月26日15:00 秭归豪庭大酒店 4楼会议室

108K/55K项目：11月27日10:00 秭归豪庭大酒店 4楼会议室

03. 个人补给包赛前存放/赛后领取

参赛者可在报到**同时间、同地点**存放补给包。赛事不提供个人行李存放服务，**个人行李可存放在酒店前台。**

11月26日175K项目比赛开始后，参赛者的补给包将运到该项目的**CP7三峡竹海**补给站。三峡竹海补给站关门之后，补给包运回**秭归豪庭大酒店 运动员服务中心**，参赛者凭号码布取回补给包。

11月27日108K项目比赛开始后，参赛者的补给包将运到该项目的**CP5九畹溪镇**补给站。参赛者离开CP5后，补给包将分批运回**秭归豪庭大酒店 运动员服务中心**，参赛者凭号码布取回补给包。

55K项目不需要存补给包。

04. 退赛运动员的补给包领取

因故中途退出比赛的运动员，指挥部收到您退赛的信息后将发指令到放置补给包的补给站，您的补给包将随同其他正常比赛运动员的补给包一起分批运回**秭归豪庭大酒店 运动员服务中心。**

组委会无法为要求提前取回个人补给包的退赛运动员单独发车运送，请您理解并配合我们的工作。

请注意：本比赛不在宜昌市内及比赛起点滨江公园提供补给包、行李包存放服务。

05. 去比赛起点大巴车

乘车人员：175K项目参赛运动员

乘车时间：**11月26日16:00准时发车（迟到不候）**

乘车地点：秭归豪庭大酒店正门前

108K/55K项目比赛起点在秭归屈原祠广场，运动员不需要乘大巴车。

06. 赛前检录

175K项目：11月26日17:00**凭计时手环打卡检录**进入滨江公园主场地，**请打开GPS设备电源。**

108K项目：11月27日11:00**凭计时手环打卡检录**进入屈原祠广场主场地，**请打开GPS设备电源。**

55K项目：11月27日11:00**凭计时手环打卡检录**进入屈原祠广场主场地，**请打开GPS设备电源。**

07. 比赛开始-结束时间

175K项目：11月26日18:00 – 11月28日20:00（比赛限时50小时）

108K项目：11月27日12:00 – 11月28日18:00（比赛限时30小时）

55K项目：11月27日12:00 – 11月28日03:00（比赛限时15小时）

08. 比赛奖项设置

优胜奖：各项目前3名获得奖杯、奖品。

荣誉奖：各项目按比赛成绩设完赛荣誉奖。

175K项目(男子)：中国跑神35小时内，**省级跑神**35-40小时，**市级跑神**40-50小时。

175K项目(女子)：中国跑神40小时内，**省级跑神**40-45小时，**市级跑神**45-50小时。

108K项目(男子)：金奖16小时内，**银奖**16-20小时，**铜奖**20-30小时。

108K项目(女子)：金奖18小时内、**银奖**18-22小时，**铜奖**22-30小时内。

55K项目**不设金银铜奖，**只设完赛奖。

所有完赛运动员将获得**完赛纪念服、**完赛奖杯、赛事纪念奖牌。

所有未完赛运动员将获得**参赛纪念服、**赛事纪念奖牌。

09. 颁奖“封神”仪式

颁奖“封神”仪式将于**11月28日晚20:00（175项目比赛关门时间）**在秭归屈原祠广场举行。获得各项目优胜名次者不参加颁奖仪式视为放弃奖项、奖品；不参加“封神”仪式”的完赛运动员，视为放弃荣誉纪念品， 组委会不予补发。

比赛奖品均为赞助商赛前提供，**组委会无法为尺码不合适的获奖者调换奖品**，请谅解。

10. 不设午宴或酒会 终点不设补给站

因抗疫要求，本届比赛不设颁奖午宴及冷餐酒会。**终点不设补给站，**组委会在秭归豪庭大酒店 运动员服务中心 **为每位运动员准备一份（赛后）食品。**

11. 比赛线路上的路标共有 4 种

① 白色环保涂料刷在树干、地面、墙面、电线杆等处的箭头、横杠或环形路标。

② 悬挂的红底白字的丝带路标条或可降解塑料条临时路标。

③ 灰色亮片的反光路标（头灯照射才会反光）。

④ 临时补充的不干胶红色箭头路标。

⑤ 在不同组别分岔点和重要路口，会有**指路牌**。

请仔细看清路标和指示牌，按自己参赛项目线路方向前进。

在看不到任何路标的情况下，跑错数百米甚至几公里的跑友，请思考原因所在……

12. 路标的密度及间隔距离

路标的间隔一般不超过 30 米，如果您在比赛中超过 60 米看不到上述任何一种路标就说明您跑错路了，**请原路返回并停下来仔细观察，**找到路标和正确的赛道方向后继续前进！

如果您实在找不到路标和正确的赛道方向，请立即**拨打**号码布上的**求助电话**，组委会有专人随时接听并回答您的问题。我们不否认路标有被破坏的可能，所以请您及时向我们反映情况，便于我们及时采取补救措施，保证比赛顺利进行。

本次比赛线路穿过很多果园，请运动员在没获准许的情况下不要摘取农民的辛苦劳动果实。

注意：需要引起重视的是，近年来，有参赛运动员实名举报个别参赛者在比赛途中破坏路标，并且，经组委会实地查看、分析以及综合公安部门提供的监控信息，表明确有参赛者破坏路的情况存在。对这种道德败坏的行为，我们要群起而攻之！一经发现要当面喝止，拍下照片或记下号码向组委会举报。组委会将对举报者给予奖励，对破坏者将严肃处理绝不姑息！

13. 夜间比赛注意事项

① 无论是否有路灯的路段**都必须打开头灯，**夜光路标需要有**头灯照射才会反光，**否则，您会因看不到夜光路标而迷路。参赛者必须备好**两个头灯和备用电池**，否则您将无法正常进行比赛，赛中将定点检查。在夜间比赛中，**无论什么原因无头灯或头灯无电不亮者，都将被停止比赛。**

② 深秋初冬的三峡，山区夜间天气寒冷，尤其是雨雪天气，**气温可能降至 0℃左右，保暖衣物必须携带！**如不按组委会要求携带的保暖衣物、救生毯等造成**“失温”**等情况，一切后果自负。

14. 必带装备检查

组委会将在某补给站设“必带装备检查点”，严格检查，严格执行规则，违者罚出比赛，绝不姑息。

因赛道爬升较高、或赛途中可能遇到被抛弃的野狗，**严重建议携带登山杖，用于助赛和防身。**

15. 结伴而行很重要

在比赛中，请您尽可能与其他参赛跑友**结伴而行，相互照应，**尤其是在夜间，这一点非常重要！

但要注意：结伴而行时要注意看路标，不要只顾着聊天，**不用心看路标跑错路。**这种情况经常发生。

16. 可以睡觉休息的补给站

175K 项目可以睡觉休息的补给站是 CP7 - CP13，其中 **CP7、CP8、CP10 可以容纳较多**人睡觉休息，**CP9、CP11、CP12、CP13 也可容纳少量**跑友短时间睡觉休息。请跑友**一定不要在野外睡觉，**以免着凉患病或发生危险。

17. 补给站封闭管理，任何非参赛人员都不可以在比赛途中为您提供食品饮料，**不可以领跑、陪跑，违者将按犯规处理。**为维护参赛者的切身利益，提高比赛管理等级，各**补给站实行封闭管理，**运动员凭号码布、计时手环和赛事辨识手环进入。**亲友团 1 人可进入**“龙进溪”、“三峡竹海”和“九畹溪镇”3 个补给站，亲友只可以在这里为参赛者提供私补等服务，**亲友不可以享用补给站食品饮品。**

您在补给时，请环保使用一次性碗、筷、勺，每人每站使用一个，望理解并配合。

18. 所有参赛者务必保持手机一直开机

您的手机号码必须跟**报名时填写的手机号码完全一致，**保证组委会与您的联系畅通无阻。如果因**个人关闭手机而收不到组委会的指路及援助电话，一切后果由个人负责，**组委会不接受任何由此而引发的“指责”和不实说辞。

19. 比赛中，号码布一定要挂在胸前让裁判员清晰可见的位置，GPS 计时监控器将全程记录您的运动轨迹和比赛成绩。**不要把 GPS 跟救生毯放在一起，**如果 GPS 失灵，裁判组将**无法发现您是否“误入歧途”，**不能在第一时间打电话提醒你。**而且您的成绩也可能被记为无效。**请您一定按比赛线路跑，切不可抄近路，故意犯规将被取消成绩。**抄近路容易迷路，很危险！**

20. 由于受设备、天气条件等因素的影响，加之民用测量设备精准度多有误差，您的运动手表记录的数据可能与我们公布的数据不相同，**100 个运动手表就有 100 种不同数据，100 个人的不同速度就可能记录 100 个不同的赛道长度和爬升高度**，这是目前国内外各赛事普遍存在并难以解决的问题。对于这一点，**权威的 ITRA 官方也不否认。**另外，ITRA 积分认证进行数据分析时采用不同于各赛事机构的软件，测算方法也不同，ITRA 网站公布的数据，可能有与我们的数据不一致的情况，**对此请了解并给予谅解。**

21. 退赛流程

因身体不适等原因退出比赛的运动员，请您**在就近的补给站退赛，**请向站长或计时裁判员说明，填写“退赛登记表”，等待安排送回秭归。

退赛后自行返回宾馆的运动员，请您告知就近的补给站长，尽量按规定履行退赛手续。**如不进入补给站自行返回，请拨打号码布上的电话，告知组委会。**

由于**比赛线路覆盖区域面积交大、**例如 CP1、CP2 和 CP9 至 CP12 等补给站距秭归路途较远，因此组委会将采取“中转运送”等方法争取让退赛运动员比较舒适的等待运送回秭归。其中**九畹溪镇补给站将设置面积较大的休息区**、品种较多的补给品供运动员享用。在接送车辆没有到达之前，请退赛运动员在补给站安心休息等待，**请不要急躁、发怒，保持良好放松的心态。**理智的选择退赛也是对自己、对家人负责任的态度和表现，值得赞赏！**安全和身体健康永远是第一位的。**

22. 严格禁止转让号码布 替跑 陪跑

任何人不准将号码布转给他人参赛，否则一旦出现后果**私转者和替跑者将承担法律和经济责任！**

私转和替跑行为造成任何后果组委会概不承担任何法律和经济责任，组委会保留**向私转和替跑者追究法律责任的权利。**替跑者不会得到完赛奖杯和完赛服装。私转者和替跑者都将被记入雷越野赛事“**黑名单**”！**不准陪跑、蹭跑，一经发现，涉事所有人将被罚出比赛。**

23. 环境保护 森林防火重于泰山

任何人不准携带任何火种上山！任何人不准乱扔垃圾！组委会已为您配备了环保垃圾袋，请将您在比赛中的垃圾带回补给站后放进垃圾箱。**如发现携带火种和丢弃垃圾行为，将被罚出比赛，不发给任何完赛物品。造成后果者将由法律法规制裁。**

再次感谢您对雷越野赛事的喜爱与支持！