

## Run For Life Sanal Koşu Yarışma Kuralları-2020

1. Run For Life 2020 sanal olarak gerçekleştirilecektir. Sporcular yarışmanın açık olduğu aralıkta dilediği zaman kendi belirledikleri rotalarda 5 km'lik mesafeyi koşarak yarışmayı tamamlarlar.
2. Yarışmada daha önceden belirlenen başlangıç, bitiş noktası olmamakla birlikte yarışınızı kontrol edecek görevli ve hakemler bulunmamaktadır. Sporcuların sahip olduğu etik değerler çerçevesinde herkesin kendi hakemliğini yapacağına inanıyoruz. Yarışın başlatılması, koşulması ve tamamlanması sporcu sorumluluğundadır.
3. Zaman ve mesafe ölçümü Strava uygulaması ile yapılacaktır. Bu nedenle her katılımcı yarış öncesinde bir Strava hesabı oluşturmalı, profil görünürlüğünü herkese açık yapmalı ve kullanıcı adını organizasyon ile paylaşmalıdır.
4. Run For Life bir açık alan yarışıdır, zaman ölçümünün yapılabilmesi için GPS sensörlerinin doğru bir şekilde çalıştırılması sporcunun sorumluluğundadır. Koşu bandı veya kapalı alanda yapılan aktiviteler geçersiz sayılacaktır.
5. Yarışmaya akıllı telefonlar ve Strava entegrasyonu bulunan GPS saatler ile katılınabilir.
6. Sonuçlar değerlendirilirken başlangıç ve bitiş zamanı arasındaki fark alınarak hesaplama yapılacaktır. Strava üzerinde bu zaman Elapsed Time olarak adlandırılmaktadır. Yani yarış esnasında uygulamayı durdurmanız ya da dinlenmek için beklemeniz yarış sürenizden düşülmeyecektir.
7. Kullanıcı hatası ya da üçüncü parti uygulamalardan kaynaklı nedenlerden dolayı yaşanan aksaklıklarda organizasyon sorumlu tutulamaz.
8. Ödül için yarışacak sporculardan koştukları dereceyi kanıtlamaları istenir. Bunun için son bir yıl içerisinde koştukları yarış derecesi, aktivite esnasında kadans bilgisi (dakikadaki adım sayısı), aktivite boyunca kaydedilen nabız verisi, max VO2, aerobik lactate threshold değeri, anlık koordinat verisi ile bu verinin zaman damgası bilgisi GPX, TCX, KML veya FIT formatında istenebilir. Bu verileri organizasyona iletemeyen yarışmacı veya iletilen verilerin koşarak yapılmadığına kanaat getirilmemesi durumunda yarışmacı tasnif dışı kalır. Bu konu ile ilgili karar vermede tek yetkili organizasyon komitesidir, komitenin kararı kesindir ve itiraz edilemez.
9. Yarış 5 km'lik mesafenin sanal ortamda koşulmasından oluşur. Sabit bir parkur ve zaman yoktur. Tüm yarışmacılar kendi parkurlarını kendileri yaratır. Yarış parkurunun geçerli sayılabilmesi için ortalama eğimin sıfır veya daha fazla olması gereklidir, negatif eğim yani mesafe olarak çoğunluğu yokuş aşağı koşulan parkurlarda yarışan sporcular tasnife alınmayacaktır. Bu hesap yapılırken başlangıç ve bitiş noktası arasındaki irtifa farkı dikkate alınacaktır. Bunun haricinde başlangıç noktası bitiş noktasından daha yüksek olmayacak

şekilde parkur üzerinde iniş çıkışlar olabilir veya parkur düz olabilir. İrtifa hassasiyeti +- 5 m'dir

10. Yarış sonuçlarının değerlendirilmeye alınabilmesi için Strava ile kaydedilen aktivite ismini "Run For Life" olarak kaydedilmesi gereklidir. Harici aktivite ismi ile koşulan yarışların değerlendirilmesi mümkün olmayacaktır.
11. Run For Life bir koşu yarışıdır, bisiklet, paten ya da başka herhangi bir araçla yarışa katılmak mümkün değildir.
12. Yarışmacıların koştuğunu kanıtlaması kendi sorumluluğundadır. Gerekliğinde sporculardan gpx datası istenebilir. Bunu sağlamayan sporcular yarış dışında kalabilir.
13. Run For Life'a kayıt yapan ilk 1000 sporcuya yarış kiti verilecektir. Kitlerin dağıtımı randevulu olarak yapılacaktır. Belirtilen randevu vaktinde kitini teslim almayan sporcunun hakkı bir sonraki sporcuya devredilecektir. Bu durumdaki sporcuların yarışmaya katılım durumunda bir değişiklik olmayacaktır.
14. Yarış kiti kişiye özeldir ve şahsen teslim alınması gereklidir.
15. Yarışma sırasında genel trafik, mülkiyet ve güvenlik kurallarına uymak yarışmacının kendi sorumluluğudur. Kuralların ihlali durumda oluşacak hukuki sorunların muhatabı yarışmacıdır, organizasyon sorumlu tutulamaz.
16. Koşu yarışları fiziksel efor gerektiren ve insan vücudunu hem anatomik hem de fizyolojik olarak zorlayan aktivitelerdir. Koşuya engel olabilecek sağlık sorunu olan katılımcılar yarışmaya katılamazlar. Bu tarz sporcuların yarışmaya katılması durumunda organizasyon hiçbir nam altında sorumlu tutulamaz.
17. Run For Life Covid-19 pandemisi nedeniyle sanal olarak gerçekleştirilecektir. Dolayısıyla katılımcıların hem kendi sağlıklarını hem de toplum sağlığını tehlikeye atacak davranışlarında bulunmaması gereklidir.
18. Katılımcılar T.C. Sağlık Bakanlığı'nın Covid 19 ile ilgili yayınladığı kurallara uymakla yükümlüdür. Ayrıca Bakanlık tarafından yapılacak her hangi bir değişiklikten organizasyon sorumlu tutulamaz. Katılımcı tüm güncellemeleri takip etmek ve gereklilikleri yerine getirmekle yükümlüdür.
19. Yarışma boyunca çekilen fotoğraf ve diğer görüntülerin hakları organizasyona aittir, herhangi bir hak talep edilemez.
20. Güvenli ve yarış kurallarına uygun parkur oluşturmak ve koşmak sporcunun sorumluluğundadır.
21. Parkurların bir kısmı trafiğe açık yollardan geçebilir. Trafik kurallarına uymak ve araçlara dikkat edip emniyetli geçiş yapmak yarışmacının sorumluluğundadır.

22. Organizasyon komitesi yarışma kurallarına, diğer yarışmacılara, organizasyon görevlilerine, yerel halka ve geçerli kanunlara, etik ilkelere saygı göstermeyen, kural dışı ve rahatsız edici davranışlarda bulunan kişileri tespit edip anında yarış dışı bırakabilir, start almasını engelleyebilir, yarış bitmiş ise derecelerini iptal edebilir, madalya ve ödülleri geri isteyebilir, devamen yarışlarına kayıt kabul etmeme ve kayıtlıysa kaydını iptal etme hakkını saklı tutar.
23. Katılım sertifikaları basılı değil dijital olarak dağıtılacaktır.
24. Katılımcılar, yarış kitlerini teslim alabilmek için kimlik ibraz etmek ve feragatnameyi imzalamak zorundadır. Her katılımcı kendi kitini şahsen teslim almak zorundadır. Katılımcı dışında kimse kendine ait olmayan kiti teslim alamaz.
25. Yarışma sırasında burada yazmayan konularda TAF (Türkiye Atletizm Federasyonu) kuralları uygulanır.
26. Katılımcılar yarışma kurallarını okuyup, onaylayıp kendi sorumlulukları ile yarışırlar.