

1. Registrace a prezentace

- **Startovní číslo:** Musí být viditelně připevněno na hrudi. Nesmí být zakryté ani přehnuté.
- **Měřicí čip:** Závodník je povinen mít čip upevněný podle pokynů, jako součást startovního čísla.
- **Vyzvednutí čísla:** Každý běžec si musí vyzvednout startovní balíček nejpozději 30 minut před startem.

2. Chování na trati a bezpečnost

- **Vlastní síly:** Závodník musí celou trať urazit výhradně vlastními silami (přísný zákaz používání koloběžek, bruslí, apod.).
- **Trasa:** Závod se běží hlavně po chodníku, pokud pořadatelská služba jasným vyznačením na vybraných místech neurčí jinak.
- **Zkracování trati:** Běžec se musí držet vyznačené trasy. Zkrácení trati znamená okamžitou diskvalifikaci.
- **Fair play:** Je zakázáno omezovat nebo ohrožovat ostatní běžce (např. strkání, blokování trati).
- **Sluchátka:** V zájmu bezpečnosti (slyšitelnost pokynů organizátorů a záchranářů) se doporučuje běžet bez sluchátek.

3. Zdravotní podmínky a limit

- **Vlastní nebezpečí:** Každý běžec startuje na vlastní odpovědnost a svým podpisem/registrací potvrzuje dobrý zdravotní stav.
- **Start závodu:** Účastník závodu bude na start vpuštěn nejpozději 10 minut po odstartování. Později není možné se do závodu zařadit.
- **Časový limit:** Pro dokončení závodu je stanoven časový limit 105 minut (s ohledem na možnost projít trasu volnou chůzí a s kočárkem). Po uplynutí limitu je trať uzavřena.
- **Zdravotní služba:** Zdravotník na trati má právo zastavit a vyřadit ze závodu běžce, který vykazuje známky extrémního vyčerpání či zranění.

4. Ekologie a penalizace

- **Odpadky:** Odhazování kelímků a obalů od gelů je povoleno pouze v okolí občerstvovacích stanic. Za odhození odpadků mimo zónu hrozí diskvalifikace.
- **Diskvalifikace:** Nerespektování pokynů organizátorů, neposkytnutí první pomoci zraněnému běžci nebo nesportovní chování.