**2019“益起向上”慈善垂直马拉松竞赛规程**

1. **赛事基本信息**

（一）主办：河南省慈善总会、郑州报业集团

（二）承办：郑州郑马体育文化传播有限公司

（三）协办：绿地集团中原事业部、能量中国、58F公司

（四）比赛时间：2019.04.13周六上午09：00

（五）比赛地点：郑州绿地中心千玺广场

（六）比赛项目：个人垂直马拉松

（七）比赛规模：200人

（八）比赛大楼信息：垂直高度280米、楼层58F

**二、参赛办法**

1.年龄要求：

（1）垂直马拉松项目年龄限16岁以上(2003年1月1日以前出生)60岁以下（1959年1月1日以后出生）。

（2）参赛选手须持有效证件（身份证、护照、军官证等）进行报名。持有中国身份证的不接受除身份证外的其他证件报名，港澳台及外国选手可持护照及其他有效证件报名。

2、健康要求有以下情况者不得参加本次比赛：

（1）先天性心脏病和风湿性心脏病患者；

（2）高血压和脑血管疾病患者；

（3）心肌炎和其它心脏病患者；

（4）冠状动脉病患者和严重心律不齐者；

（5）血糖过高或过少的糖尿病患者；

（6）恐高症或其它相关恐惧症患者；

（7）其他不适合运动的疾病患者。在比赛中，因个人身体及其他个人原因导致的人身损害和财产损失，由参赛选手个人承担责任。组委会建议参赛选手进行自我评估，确认自己的身体状况能够适应垂直马拉松运动，才可参赛。

3、报名办法

（1）报名费用：个人赛50元/人（报名费全部捐给河南省慈善总会，用于“血友病”的专项救助工作，50元可为血友病人捐赠一支凝血因子）

（2）报名方式：

①通过官方网站链接报名

 ②团队报名：下载电子报名表填写完传至zhengma42195@163.com

③线下报名：郑州市中原区陇海路与文化宫路交叉口M酒店2楼201室

（3）报名时间：2019年3月15日—2019年4月5日

4、竞赛物品

竞赛物品在比赛当天凭身份证在主会场处统一领取。（包含参赛T恤、束口袋、号码布、计时指卡、参赛纪念证书）

5、线上体验赛

 本次活动号召所有市民自发参与，比赛当天市民可同时在任何楼宇场外参与，登上任何楼宇后，拍下自己与顶层合影的照片，传至官方邮箱zhengma42195@163.com，经审核后即可获得由慈善总会颁发的电子完赛证书。

**三、竞赛细则**

（1）起跑发令：个人体验组按站位顺序依次检录，每组出发10人，每组出发间隔20秒钟。

（2）关门时间：为了保证参赛选手比赛安全、顺利，比赛期间设置关门时间1小时，自然时间10:00。参赛选手未在规定赛段的关门时间内完成比赛的须立即停止比赛，退出赛道。退出比赛的选手可乘坐组委会指定的专用电梯返回选手集结区。

（3）计时：组委会为参加垂直马拉松选手提供计时服务。选手必须通过起点时手动计时打卡和通过终点后手动计时打卡才能获得有效成绩。

（4）物品存放：参赛选手须按照规定到相应的存放点存放个人物品，贵重物品不要存放在包内(如手机、有效证件、现金、各种钥匙、掌上电脑等)。选手可在当日比赛结束后一小时内到指定存衣处领取个人存放物品。如超过领取时间没有领取的，可于第二天到赛事组委会领取，如5个工作日之内不领取，组委会将按无人领取处理。

（5）饮水站、饮料站：大楼赛道中在26层、37层、51层及终点设有饮水站、饮料站。

（6）医疗救护：

a.组委会在37层及终点处各设立一个固定医疗点（每个医疗点配2名医护人员及急救设备药品）。

b.组委会在大楼外布置医疗救护车,及时处理紧急医疗情况。

c.参赛选手出现需要送院救治的情况,由急救车送往附近医院救治,治疗费用由参赛选手自理。

d.参赛选手在比赛过程中,要根据自己的身体情况,量力而行,如心力不支,应退出比赛,以防发生意外。

e.大会医务人员、医疗志愿者和裁判员,如认为某参赛选手不宜继续比赛,将友好劝退。

（7）成绩判定：比赛成绩按照净计时成绩判定。

（8）本次比赛不设置奖金，男女前三名颁发荣誉证书。

**四、保险**

本次比赛主办单位为所有参赛者投保人身意外险。

**五、联系方式**

地址：郑州市中原区文化宫路与陇海路交叉口M酒店二楼201室，邮政编码：450000 联系电话：0371-63381730

**六、其他**

本规程最终解释权归2019“益起向上”爱心垂直马拉松组委会，未尽事宜，另行通知。