

2019 Korea 50K 대회 규정

1. Event organisation 대회조직

Korea 50K는 JSCENO가 주최하고 동두천시, KTRA 코리아 트레일러닝 협회가 후원하는 국제 대회입니다.

대회 조직위원회는 정기적인 회의를 개최하며 대회규정 및 안전, 재난 사항에 대처하기 위한 위원회의 심의를 거쳐서 개최됩니다.

2. The race 대회

Korea 50K는 네 종목의 경기가 열리는 국제대회입니다. 2019 경기 종목은 80K(77km, +4910m), 50K(50.8km, +2660m), 25K(25.8k, +1250m), 10K(9.8k, +490m)입니다. 80K 완주자는 4점의 ITRA 포인트를, 50K 완주자는 3점의 ITRA 포인트를, 25K 완주자는 1점의 ITRA 포인트를 각각 획득하게 됩니다. (UTMB 및 포인트 요청 대회 출전시 사용)

3. Race Start time 대회 경기 출발 시간

80K	2019년 4월 20일 04:00(am)
50K	2019년 4월 20일 06:00(am)
25K	2019년 4월 20일 13:00(pm)
10K	2019년 4월 20일 13:00(pm)

25K를 제외한 경기는 동두천 종합운동장 주경기장에서 출발하며, 25K는 오지재고개에서 출발합니다. (오지재고개는 셔틀버스가 운행되며 11:50am부터 동두천 종합운동장에서 출발합니다.) 대회는 정시 출발이오니 출발시간 전에 미리 준비해주시기 바랍니다.

4. Event Schedule 대회 일정

시간	4/20 (토)
3:00 - 3:45	80K 외국인선수 등록 / 80K 선수 짐보관
4:00	80K Start 출발
4:30 - 5:45	50K 외국인선수 등록 / 50K 선수 짐보관
5:45	개회사
6:00	50K Start 출발
10:00	START EXPO 엑스포 시작
11:00 - 12:30	25/10K 외국인선수 등록 및 선수 짐보관
11:50 - 12:35	25K 셔틀버스 탑승
12:00 - 12:25	동두천 이담 풍물 공연
12:30	80/50K 1차 시상식

13:00	25K Start 출발 (오지재고개) 10K Start 출발
14:15	10K 시상식+80/50 2차 시상식(필요할경우)
14:30 - 15:00	쑈바공연 및 키즈 준비운동
15:00	Kids Race 키즈레이스
17:00	25K 시상식
20:00	EXPO Finish 종료
24:00	2019 Korea50K 대회 종료

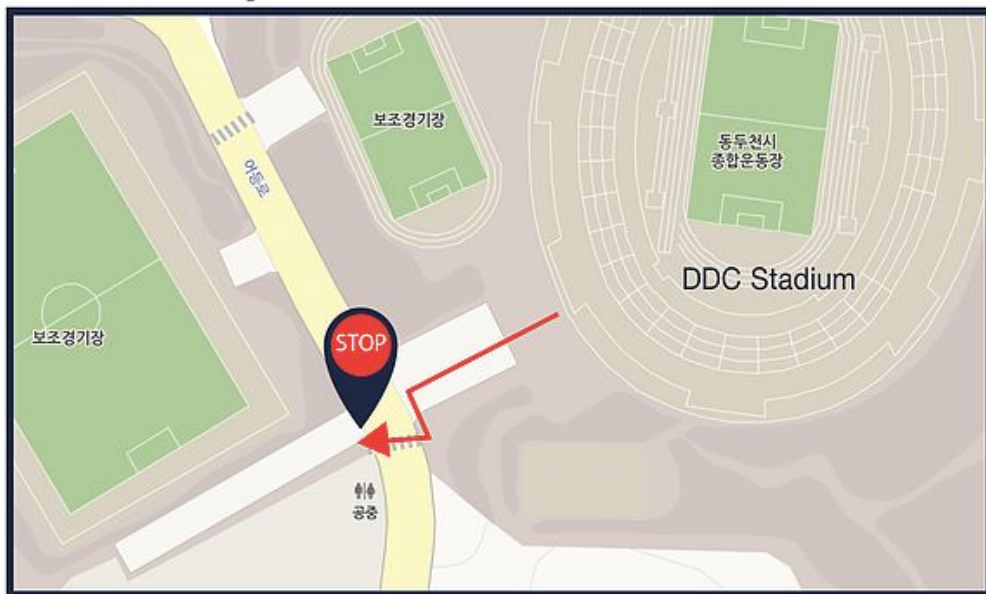
5. 25K Shuttle Bus Info. 25K 선수 셔틀버스 운행 시간표

25K 참가자들은 동두천 종합운동장에서 25K 출발지점인 오지재고개까지 셔틀버스로 이동합니다.
(운동장에서 출발지점까지 약 15분 소요)

시간	1호차	2호차	3호차	4호차	5호차	6호차
11:50	출발	출발	출발			
12:15	출발	출발	출발	출발	출발	출발
12:30				출발	출발	출발
12:35	출발	출발	출발			



Bus Stop : 종합운동장 메인 입구 건너편 주차장 앞



6. Semi Self-Support Principle 준 자급자족 대회

준 자급자족 대회란 참가자가 대회에 필요한 자신의 필요물품(음식, 음료, 장비, 코스 숙지 및 안전용품)을 모두 지니고 경기를 진행하는 것을 말합니다. CP(Check point : 급수, 급식 및 메디컬처치, 휴식이 가능한 장소)에서 제공하는 것 외에 CP와 CP 사이에 필요한 모든 물품은 본인이 갖추어야 하는 규정을 준수함에 동의한 바, 충분히 대비하시고 경기에 출전하시기 바랍니다.

- 필수장비는 반드시 대회가 진행되는 동안 지니고 있어야 하며 경기 도중 백팩을 교체할 수 없으며 경기 시작 전부터 경기 후까지 같은 장비를 소지하여야 합니다. 대회 운영 스텝은 경기도중 임의로 참가자의 장비를 검사할 수 있습니다.
- CP에서 제공되는 음료 및 음식은 **반드시 CP내에서** 섭취하여야 합니다. 개인이 소지한 물통이나 물백에 물 또는 에너지 드링크 등의 음료를 리필할 수 있습니다. CP를 나갈 때는 일부 CP음식을 소지할 수 있으나 일회용품은 CP 밖으로 가지고 나갈 수 없음을 다시 한 번 숙지하시기 바랍니다. 다음 CP까지의 거리를 숙지하여 충분한 양의 급수를 준비하시기 바랍니다. CP에서는 환경 보존을 위해 개인컵을 필수로 사용하며 일회용컵을 사용하지 않습니다.

※ 내국인 및 국내 거주 외국인(군인 제외)은 우편으로 레이스팩이 발송됩니다. 레이스팩 안에 들어있는 배번, 타이밍 태그를 필수로 지참하셔야 합니다. ※

(타이밍 태그는 출발 전 동봉된 케이블 타이를 이용해서 인식이 잘 되도록 배낭 아래쪽 허공에 매달아 주시기 바랍니다. 배낭 위쪽으로 달거나 주머니에 넣는 등 보이지 않을 경우 인식이 되지 않을 수 있습니다. 타이밍 태그를 착용하지 않거나 이중태그(다른 선수, 다른 대회)를 할 경우, CP에서 태그를 하지 않을 경우, 잘못 착용할 경우 전자기록이 되지 않으며 이는 선수 본인의 책임입니다. 이전 대회의 태그가 남아있는 경우 중복 인식이 되니 반드시 제거해 주세요.)

7. Foreigner Racer Check in 외국인 선수 등록

<80K 외국인 선수>

- 4월 20일(토) am3 ~ am4 : 동두천 종합운동장

<50K 외국인 선수>

- 4월 20일(토) am5 ~ am6 : 동두천 종합운동장

<25K, 10K 외국인 선수>

- 4월 20일(토) am11 ~ pm1 : 동두천 종합운동장

Check in : 본인 확인을 위해 **신분증을 지참 해주십시오**. 신분증을 지참하고 체크인 부스에서 본인 확인을 한 후 레이스팩을 받습니다. (타이밍 태그는 출발 전 배낭 아래쪽에 동봉된 케이블 타이를 이용해서 매달아 주시기 바랍니다. 배낭 위쪽으로 달거나 주머니에 넣는 등 보이지 않을 경우 인식이 되지 않을 수 있습니다. 타이밍 태그를 착용하지 않거나 이중태그(다른 선수, 다른 대회)를 할 경우, CP에서 태그를 하지 않을 경우, 잘못 착용할 경우 전자기록이 되지 않으며 이는 선수 본인의 책임입니다.)

8. Bag Storage 짐보관

동두천 종합운동장 내 <Drop Bag> 부스에서 대회 시작 전 짐보관이 가능합니다. 부스에서 제공하는 비닐백에 개인 소지품을 넣어서 부스에 보관해 주시기 바랍니다. (현장 스태프 안내에 따라주시기 바랍니다.) 귀중품의 분실에 대해서는 주최측에서 책임지지 않으니 귀중품은 따로 보관해 주시기 바랍니다. 보관한 짐을 찾으실 때는 배번(물품보관 번호표 부착)을 반드시 지참해 주시기 바랍니다.

9. Race Start 경기 시작

대회 출발 전 장비검사, 대회 등록 시간이 별도로 없습니다. 개인 장비, 타이밍 태그 등 준비를 모두 완료하신 후 각 경기 시작 15분 전까지 Start Line에서 대기해 주시기 바랍니다.

10. Check Points (CP)

- 대회 완주를 위해서는 반드시 정해진 CP의 루트를 통과하여 타이밍 태그가 인식되어야 합니다.
- 지도에 안내된 각 CP의 컷오프 시간은 CP 도착시간이 아닌 CP를 빠져나가는 시간이므로 컷오프 시간 이전에 반드시 CP를 통과하여야 하며 컷오프 시간 이후 CP에 남아있는 참가자는 시간제한으로 실격처리됩니다.
- 일회용품 및 포장된 음식은 CP 밖으로 가지고 나가실 수 없습니다. 물은 개인 물통에 채워서 가져옵니다. 페트병을 가지고 CP 밖으로 나갈 수 없습니다.
- 모든 CP에는 의료진이 상주하고 있으며 참가자들은 필요한 치료 및 응급처치를 받을 수 있습니다. 건강상의 이유로 의사가 대회를 지속할 수 없는 상태라고 판단할 경우에는 의료진의 권한으로 참가자의 대회진행 불가를 선언하고 대회 종단을 요구할 수 있습니다.
- 장비검사 : 불시에 CP스태프가 필수장비검사를 진행합니다. 필수장비가 없을 경우 안전상의 이유로 실격처리 또는 타임 패널티를 받게 됩니다. 시피에서의 실격은 규정에따라 엄격하게 적용되니 반드시 필수장비를 지참하시기 바랍니다.

<80K>

총 6개의 CP를 운영합니다.

Check Point Refreshments CP제공 음식 안내

CP1 회암사(11.5km) : 물, 음료, 과일 등

CP2 오지재(23km) : 물, 음료, 과일, 소세지 등

CP3 예래원(34.4km) : 물, 음료, 과일, 라면, 밥 등

간이 급수 (47.2km) : 물

CP4 초성리(48.9km) : 물, 음료, 과일, 냉국, 밥, 등

CP5 소요산역(61km) : 물, 음료, 과일, 국수, 등

CP6 창말어린이공원(69.7km) : 물, 음료, 과일, 빵 등

* 모든 CP에서 급수가 제공되므로 개인 소지 물통에 충분한 양의 물을 채워서 다음 CP까지 이동하시기 바랍니다. 종이컵은 사용하지 않습니다. 개인용 물통을 사용하거나 개인컵을 지참해 주시기 바랍니다. 시피에서 제공되는 물은 식수로만 사용해 주시기 바랍니다. 출발지인 동두천 종합운동장에서는 급수가 제공되지 않습니다. (종합운동장 내에 설치된 정수기 이용이 가능합니다.)

<50K>

총 4개의 CP를 운영합니다.

Check Point Refreshments CP제공 음식 안내

CP1 (11.5km) : 물, 음료, 과일 등

CP2 (23km) : 물, 음료, 과일, 소세지 등

CP3 (34.3km) : 물, 음료, 과일, 라면, 밥 등

CP4 (44.6km) : 물, 음료, 과일, 주먹밥 등

* 모든 CP에서 급수가 제공되므로 개인 소지 물통에 충분한 양의 물을 채워서 다음 CP까지 이동하시기 바랍니다. **종이컵은 사용하지 않습니다. 개인용 물통을 사용하거나 개인컵을 지참해 주시기 바랍니다.** 시피에서 제공되는 물은 식수로만 사용해 주시기 바랍니다. 출발지인 동두천 종합운동장에서는 급수가 제공되지 않습니다. (종합운동장 내에 설치된 정수기 이용이 가능합니다.)

<25K>

총 2개의 CP를 운영합니다.

Check Point Refreshments CP제공 음식 안내

CP1 (9.4km) : 물, 음료, 과일 등

CP2 (18.6km) : 물, 음료, 과일 떡 등

* 모든 CP에서 급수가 제공되므로 개인 소지 물통에 충분한 양의 물을 채워서 다음 CP까지 이동하시기 바랍니다. **종이컵은 사용하지 않습니다. 개인용 물통을 사용하거나 개인컵을 지참해 주시기 바랍니다.** 시피에서 제공되는 물은 식수로만 사용해 주시기 바랍니다. 출발지인 동두천 종합운동장에서는 급수가 제공되지 않습니다. (종합운동장 내에 설치된 정수기 이용이 가능합니다.)

<10K>

1개의 CP를 중간지점에서 운영합니다.

* CP에서는 물, 이온음료, 바나나가 제공됩니다.

* CP에서 급수가 제공되므로 개인 소지 물통에 충분한 양의 물을 채워서 다음 CP까지 이동하시기 바랍니다. **종이컵은 사용하지 않습니다. 개인용 물통을 사용하거나 개인컵을 지참해 주시기 바랍니다.** 시피에서 제공되는 물은 식수로만 사용해 주시기 바랍니다. 출발지인 동두천 종합운동장에서는 급수가 제공되지 않습니다. (종합운동장 내에 설치된 정수기 이용이 가능합니다.)

11. Safety & Medical service 안전 및 의료 서비스

모든 CP와 운동장 내 의료부스에서 의료진이 상주하며, 참가자들은 필요한 경우 치료 및 응급처치를 받을 수 있습니다.

- 국제 대회 기준 안전 관리 매뉴얼에 의해 코스 내 각 위치에서 응급상황이 발생한 경우 최대 3시간 이내에 비상조치가 가능하도록 구급차와 의료진이 배치되어 있습니다.
만약 경기 중 부상이 생기거나 의료진의 도움이 필요한 경우에는,
- 움직일 수 없는 심각한 부상이 아닌 경우에는 가까운 CP까지 스스로 이동하여야 합니다. CP에서 의료진에게 알립니다.
- 주변의 참가자에게 도움을 요청할 수 있습니다. (**위험에 빠진 참가자를 돕는 것은 전 참가자의 의무입니다. 이러한 경우 지체된 시간은 공식 기록에서 삭감처리하며 순위 및 최종기록에 반영됩니다.**)
- 움직일 수 없는 부상일 경우 배번 뒷편에 있는 비상연락처로 연락합니다.

의사의 판단에 의해 필요한 경우 또는 참가자의 요청에 의해 부목, 심폐 도움, 링거투입 등의 심각한 의료적 처치를 받은 참가자는 자동적으로 경기가 중단되며 실격처리됩니다.

경기를 진행할 수 없는 심각한 장비 부실이나 위험에 처한 경우, 건강상의 위험신호로 인해 경기를 지속할 수 없다고 판단되는 경우, 전 의료 스태프는 참가자에게 일시적 또는 영구적 경기중단을 요구할 권리가 있습니다. 헬리콥터 구조 등 불가피한 구조처치를 받은 경우 비용은 참가자 본인이 부담합니다.

12. Race route marking 코스 마킹

대회 코스는 리본, 화살표, 안전테이프 등으로 각 코스에 마킹이 되어있습니다. 마킹 간격은 직진이나 외길의 경우 평균 100m, 그 외 복잡한 구간은 50-100m 간격으로 표시됩니다. 또한 갈림길 및 코너에는 추가 마킹이 되어있으며 야간구간에는 반사테이프 및 야광봉이 설치되어 있습니다. (갈림길 중 코스가 아닌 길에는 out of course 검정리본 표시가 되어있습니다. 검정리본 마킹은 잘못된 길이니 진입하지 마시기 바랍니다.) 간혹 여러가지 이유로 마킹이 훼손되는 경우가 있지만 300m 이상 마킹을 발견하지 못할 경우, 주로에서 벗어난 것이 아닌지 확인해 볼 필요가 있습니다. 지정된 마킹을 벗어나서 대회를 진행하는 것은 규정 위반이며 경우에 따라 패널티 부과 혹은 고의적인 슛컷의 경우 실격 처리될 수 있습니다. (판단은 대회 스태프의 판단을 따릅니다.) **마킹은 자연적인 이유 혹은 제3자의 고의로 훼손, 손실될 수 있습니다. 사전에 대회 코스를 숙지하는 것은 참가자의 책임이며 코스 숙지 또한 경기의 일부분임을 참고하시기 바랍니다.** GPX파일을 홈페이지에서 다운 받을 수 있으니 GPS 장치가 있으신 분들은 이용하시기를 권장합니다. 대회 코스는 당일 혹은 전일에 현지 상황이나 안전상의 이유로 일부 변경되는 경우가 생길 수 있습니다. 이 경우 현장의 코스 마킹 및 스태프의 안내를 우선으로 합니다.

13. Time-limits (Cut off) 타임 제한

각 구간의 제한 시간 및 각 CP의 컷오프 타임은 안내된 지도에 표시되어 있으므로 사전에 숙지하여 페이스 조절에 참고하시기 바랍니다. 참가자들은 CP도착 시간과 관계없이 제한된 시간 안에 CP를 통과하여 다음 코스로 진입하여야 합니다. 타임 제한에 걸린 참가자는 자동으로 실격 처리되고 사무국이 제공하는 회송차량을 이용하여 운동장으로 안내됩니다. 코스중간 또는 CP에서 실격될 경우 운영스태프는 사무국으로 배반을 공유하여 정산 상 실격(체크아웃)처리를 하게 됩니다. 미완주자가 체크아웃을 하지 않는 경우 운영 스태프의 지시를 따라 주시기 바랍니다. 실격된 참가자의 대회 진행은 어떠한 경우에도 불가합니다. **(CP1에 늦게 들어오는 선수들에게 20K 이상 경기를 진행할 수 있는 경험을 제공하고자 CP1에서 컷오프를 하지 않습니다. 다만 원활한 대회 진행을 위해 CP1(50K, 80K)은 am7:30에 철수하게 되며 (25K CP1은 pm3:30 철수) CP 철수 후에는 물만 보충이 가능합니다. 꼭 유의하시기 바랍니다.)**

14. Stop racing by competitor's own decision 참가자 자진 경기 중단

스스로의 판단에 의해 경기를 지속할 수 없다고 생각되는 경우 참가자는 스스로 경기 중단을 할 수 있습니다. 이 경우 체크포인트에서 운영스태프에게 경기 중단 의사를 밝혀주시기 바랍니다. 운영스태프는 필요한 조치를 취한 후 안내해 줄 것입니다. CP에서 대기한 후 회송차로 피니시 지점까지 안내됩니다. 심각한 부상으로 인해 CP까지 이동이 어려운 경우에만 비상 연락처로 연락하시기 바랍니다. **(불필요한 비상연락으로 인해 실제 도움이 필요한 선수가 도움받지 못하는 상황이 생길 수 있습니다.)**

15. Mandatory Equipment 필수 장비

각 종목의 필수 장비 리스트는 아래와 같습니다. 필수장비는 안전한 경기를 진행하는데 필요한 필수 물품과 비상시에 필요한 필수 물품을 포함합니다. 정상적인 대회 진행인 경우에 쓰이지 않는 물품도 있지만 대회는 언제나 최악의 상황을 대비하여야 합니다. 부상을 당하거나 고립된 경우, 날씨가 좋지 않을 경우 등을 대비하여 필수장비 목록이 결정, 공지됨을 다시 한 번 안내드리며 철저한 장비 준비로 안전사고를 사전에 예방하여 주시기 바랍니다.

필수 장비 목록	보충 설명	25K	50K	80K
레이스 백팩	트레일러닝용 경량 배낭(vest)	●	●	●
물통 또는 물백	하이드레이션백 또는 물통	1L 이상	1L 이상	1.5L 이상
트레일러닝화	트레일러닝용 신발 (운동화 x)	●	●	●
기능성 상,하 의류	기능성 소재 의류 (면 x)	●	●	●
바람막이 자켓	방풍을 위한 자켓	●	●	●
서바이벌 블랭킷	은박 보온 담요	●	●	●
헤드랜턴	종목별 해당CP에서 장비검사음 있음 (헤드랜턴 미 지참시 실격 (경기불가))	CP2	CP4	CP4
랜턴용 여분배터리	추가 배터리 2개 이상			●
보충제및 간식	semi survival 경기로 필수 지참 (CP보충이 안될 경우를 대비한 보충식을 스스로 지참하여야 합니다.)	●	●	●
휴대폰	경기내내 켜져 있어야 함 (충분한 배터리 확인 or 보조 배터리 지참)	●	●	●
응급처치키트	압박붕대 (6cmx2m) 소독약 or 알콜솜 / 일회용 반창고	●	●	●
호각	비상시에 호출을 위해 사용	●	●	●
우비(방수자켓)	대회 전일 22시 기준 기상청 우천 예보시 필수 / 우천예보 없을시 x	●	●	●
개인컵	물통 or 물백 외 CP에서 개인컵 사용 (CP에 일회용 컵이 없습니다.)	●	●	●

대회장에서 사전 장비검사는 진행하지 않습니다. 그러나 참가 선수는 반드시 필수장비를 경기 내내 지참하여야 하며, 경기 도중 레이스 구간 전체(골인 후 포함)에서 불시에 검사할 수 있습니다. 일부 CP에서는 전 참가자를 대상으로 장비검사를 진행합니다. 필수 장비를 지참하지 않을 경우 타임패널티를 받거나 즉시 실격으로 더 이상 대회를 진행할 수 없게 될 수도 있습니다. 경기 중 장비 불량으로 인한 실격 시 더 이상 경기를 진행할 수 없으며 자동으로 레이스가 중단됩니다. 레이스 중 실격되었음에도 불구하고 규정을 어기고 임의로 경기를 진행 할 경우 참가자가 아닌 것으로 간주하여 이후 발생한 모든 문제에 대하여 **주최측은 책임을 지지 않습니다.**

장비검사에 불응할 경우 규정에 따라 운영진은 선수의 대회 참가를 **즉시 중단 후 탈락**시킬 수 있습니다.

- 야간 구간이 시작되는 각 CP에서는 헤드랜턴 검사를 전원 실시하며 미지참 또는 불이 켜지지 않을 경우 더 이상 경기를 진행할 수 없습니다.

- 또한 각 종목 남 녀 1~5위 골인 선수는 피니시 라인 통과 후 전원 장비검사를 진행하여 미지참 장비에 대해 각 15분의 타임 패널티가 엄격하게 적용됩니다. 미지참시 순위 변동이 있을 수 있으니 반드시 확인하여 모든 필수 장비를 지참하시기 바랍니다.

규정 용량 미달의 물백으로 인한 수분 부족, 개인 보충제 및 간식 부족으로 인한 경기력 저하 및 탈진, 바람막이 및 서바이벌 블랭킷 미지참으로 인한 체온 저하, 휴대폰꺼짐으로 인한 주최측과의 연락 두절, 개인컵 미지참으로 인한 CP음료 미공급, 호각 미지참으로 인한 구조호출 불가, 응급처치키트 미지참으로 인한 지혈 지연 및 상처 응급 처치 불가, 트레일러닝화 미착용으로 인한 부상 등은 모두 필수장비 미지참에 해당됩니다. 반드시 필수장비를 모두 소지하시고 경기에 임해주시기 바랍니다.

16. Bib Number 배번

배번은 가슴, 배, 앞쪽 다리 등 전면에서 보일 수 있는 위치에 부착합니다. 배번은 대회 시작부터 종료까지 항상 보이는 위치에 부착하여야 합니다. 배번은 CP 및 의료존, 샤워시설 및 음식서비스 등을 받을 수 있는 자격 증빙용으로도 사용되니 귀가시 까지 지참하시기 바랍니다.

17. Timing Tag 타이밍 태그

80K, 50K, 25K는 타이밍 태그를 가방에 부착합니다. 타이밍 태그는 우편으로 받은 배번에 동봉되어 있으며 케이블 타이를 이용해 배낭 아래쪽에 부착합니다. 전자 태그는 타임 체크 CP에서 반드시 스태프에게 태그 인식을 해야합니다.

타이밍 태그가 인식이 안되는 경우는 아래와 같습니다.

1. 가방 위쪽에 매달았을 경우
2. 가방 또는 주머니 안에 넣었을 경우
3. 다른 사람 태그와 함께 부착했을 경우
4. 타 대회 타이밍 태그와 함께 부착했을 경우

위와 같이 타이밍 태그를 올바르게 부착하지 않을 경우 인식이 되지 않아서 타임체크가 되지 않으니 반드시 부착방법에 맞게 부착해 주시기 바랍니다.

18. Check out 경기 종료

<80K, 50K, 25K>

경기가 끝난 후 운동장으로 들어오면 운영부스에서 체크아웃(경기종료)를 합니다.

1) Finisher 완주자 : 피니쉬라인 통과 후 메달을 받습니다. > 경기종료 부스로 이동해 스태프에게 배번으로 완주 확인을 받습니다. > 완주기념품을 받습니다. (골든벨과 실버벨 해당자는 벨을 드립니다.) > 배번을 지참하여 남문 앞 푸드존에서 식사를 드실 수 있습니다.

2) DNF 미완주자 : 배번을 지참하여 남문 앞 푸드존에서 식사를 드실 수 있습니다.

<10K>

경기가 끝난 후 운동장으로 들어오면 체크아웃(경기종료)를 합니다.

1) Finisher 완주자 : 피니쉬라인 통과 후 메달을 받습니다. > 배번을 지참하여 남문 앞 푸드존에서 식사를 드실 수 있습니다.

2) DNF 미완주자 : 배번을 지참하여 남문 앞 푸드존에서 식사를 드실 수 있습니다.

19. Race responsibilities, rules and etiquette 경기 중 유의사항 및 금지사항, 에티켓

- 1) 대회 규정에 있는 모든 사항을 숙지하고 준수해 주시기 바랍니다. 대회 신청과 동시에 대회 규정에 대하여 동의한 것으로 간주됩니다.
- 2) Korea50K 대회는 트레일 대회로서 등산로 및 자연지형, 미군부대 영역을 통과하게 됩니다. 모든 자연을 훼손하는 행위를 금지합니다. (자연을 훼손할 경우 실격 또는 패널티가 부과됩니다.)
- 3) '통제구역'이나 기타 사유지에 들어가지 않도록 합니다.
- 4) 주로에서 잠을 자는 행위를 금지합니다. 위험에 처할 수 있습니다.
- 5) 쓰레기를 버리지 않도록 합니다. (쓰레기 봉투를 지참하여 대회 시 발생하는 개인쓰레기는 개인이 회수합니다.)
- 6) 화장실이 있는 위치는 코스맵에 안내되어 있습니다. 어쩔 수 없이 화장실이 아닌 곳을 이용할 경우 반드시 휴지 등을 수거한 후 다음 CP에 있는 휴지통에 버려주시기 바랍니다.
- 7) 야간에 산 속 구간을 지나는 경우에는 가급적 2인 이상 함께 이동할 것을 권장합니다.
- 8) 만약 야생동물을 만나게 될 경우, 대부분의 야생동물은 사람을 피해갑니다. 당황하지 마시고 침착하게 행동하며 동물에게 등을 보이지 않아야 합니다. 또한, 동물을 위협하는 행동을 하면 위험합니다.
- 9) 주택가를 지날 경우, 특히 새벽이나 늦은 밤 시간의 경우 소음이 발생되지 않도록 주의해 주시기 바랍니다.
- 10) 주로에서 부상 등의 이유로 도움이 필요한 선수를 만날 경우 도움을 주는 것은 선수의 의무입니다. 필요한 경우 비상 연락처로 연락주시기 바랍니다.
- 11) 앞에 있는 선수를 지나쳐 갈 때는 "왼쪽(오른쪽)으로 가겠습니다." 등으로 양해를 구한 후 안전하게 진행해 주세요. 선수를 앞서가기 위해 무리한 진행을 하거나 밀치는 행위 등은 안전 사고로 이어지며 패널티 또는 실격이 될 수 있습니다.
- 12) 등산객과 마주칠 경우 서로 인사하며 불편함이 없도록 안전하게 진행해 주시기 바랍니다.
- 13) **운동장 내부 잔디구역(축구장)에는 출입은 자유롭지만 음식섭취는 불가합니다. 이 점 반드시 유의해 주시기 바랍니다.**

20. Penalties and Disqualification 패널티 및 실격

대회 운영진은 다음과 같은 사항에 대해 패널티를 부과할 수 있으며 경우에 따라 실격을 선언할 수 있습니다. 명시되지 않은 반칙 및 위반에 대해서는 대회 운영진이 판단하여 처리할 수 있음을 알려드립니다. 실격의 경우 참가비는 환불되지 않습니다.

Offense 반칙	Penalty 페널티
대중교통을 이용하거나 배번, 타이밍태그를 바꾸는 등의 심각한 반칙행위	실격(미완주)
자동차, 자전거, 오토바이 등 기타 모든 이동수단을 이용하는 경우	실격(미완주)
필수장비검사 미통과	실격(미완주)
CP 또는 피니시에서의 장비 미통과	미지참 장비 각 15분
야간 구간 헤드랜턴 미지참	실격(미완주)
지정된 CP가 아닌 제3자에 의한 음식이나 보급품의 보급(CP내의 크루잉은가능)	30분 추가

대회 도중 코스 및 운동장 내외 지역에서의 흡연	실격(미완주)
지름길 이용 또는 정해진 코스에서의 이탈	30분 추가 또는 실격
CP 체크포인트 미통과	실격(미완주)
운영진 스태프 또는 의료진의 지시에 반하는 행위	1회 경고 후 2회 실격
시간제한에 걸린 경우	실격(미완주)
코스 내에 쓰레기 방출	1시간 추가
제3자 (경기참가자, 스태프, 기타 민간인 등)를 존중하지 않는 비신사	1시간 추가
자연 훼손	1시간 추가
코스 마킹 훼손	3시간 추가
다른 참가자를 고의로 방해하는 행위	실격(미완주)

21. Race route Amendments & Race Cancellations 대회 코스 변경 및 대회 취소

자연재해 및 심각한 날씨의 영향, 갑작스런 사건 사고 발생 등으로 인해 일부 코스가 변경될 수 있으며 대회를 진행하는데 있어 안전사고의 심각한 위험이 예상될 경우 대회가 취소되거나 중단될 수 있습니다. 이러한 변경의 경우 제한시간 및 지급 포인트가 변경될 수 있습니다. 또한, **대회가 취소되는 경우 참가비는 환불되지 않습니다.**

22. Liability and Insurance 의무 책임 및 보험

대회 주최측은 주최측으로 인한 사고 책임 보험에 가입되어 있습니다. 하지만 참가자 개인의 사고에 대한 보상은 법률상의 단체 보험으로 보상이 불가합니다. 참가자는 개인적으로 사고에 대비한 보험에 가입하여야 하며 헬리콥터 사용을 포함한 심각한 구조 등에 대한 보상에 대한 대비 또한 개인의 책임입니다.

23. Award Ceremony and Prizes 시상식 및 상품 안내

시상식 일정은 대회일정에서 확인해 주시기 바랍니다. (현지 사정 및 시상 대상자의 골인 시간에 따라 변동이 있을 수 있습니다.) 시상품은 추후 공개 예정입니다.

24. Photographic / Media Rights 포토/미디어 초상권

대회 사무국은 대회 전반에 걸쳐 사진 및 영상물에 대한 독점적인 권한을 갖습니다. 모든 참가자는 대회 중 촬영된 사진 및 영상에 대한 초상권을 행사할 수 없으며 대회 사무국 및 스폰서의 홍보를 위해 사용될 수 있음을 알려드립니다. 대회의 저화질 사진은 무료 배포 되며 원본 사진은 구매 가능합니다.

25. Court of Jurisdiction

기타 관련된 모든 사항은 대한민국의 법을 준수합니다.

26. Reference 참고자료

10K		구간 거리	거리	고도	누적상승고도	누적하강고도	선두	후미	컷 오프
		Inter Distance	Cumul Distance	Altitude	Cumul D+	Cumul D-	Fastest	Slowest	Time barriers
START	동두천종합운동장	0	0	120	0	0	13:00	13:00	-
CP1	못골터널	5.5	5.5	103	221	239	13:22	15:00	-
FINISH	동두천종합운동장	4.2	9.7	120	490	500	13:50	17:20	17:20

25K		구간 거리	거리	고도	누적상승고도	누적하강고도	선두	후미	컷 오프
		Inter Distance	Cumul Distance	Altitude	Cumul D+	Cumul D-	Fastest	Slowest	Time barriers
START	오지재고개	0	0	372	0	0	13:00	13:00	-
CP1	예래원	9.4	9.4	518	626	480	13:50	15:30	-
CP2	쇠목임도	9.2	18.6	163	922	1131	14:45	17:30	17:30
FINISH	동두천종합운동장	7.2	25.8	119	1173	1426	15:20	19:00	19:00

50K		구간 거리	거리	고도	누적상승고도	누적하강고도	선두	후미	컷 오프
		Inter Distance	Cumul Distance	Altitude	Cumul D+	Cumul D-	Fastest	Slowest	Time barriers
START	동두천종합운동장	0	0	120	0	0	6:00	6:00	-
CP1	회암사	11.5	11.5	132	588	576	7:00	9:30	-
CP2	오지재고개	11.5	23	398	1269	991	8:00	11:30	11:30
CP3	예래원	11.3	34.3	506	2171	1780	9:15	14:30	14:30
CP4	쇠목임도	10.3	44.6	112	2423	2431	10:15	17:00	17:00
FINISH	동두천종합운동장	6.2	50.8	120	2660	2660	10:40	19:00	19:00

80K		구간 거리	누적 거리	고도	누적상승고도	누적하강고도	선두	후미	컷 오프
		Inter Distance	Cumul Distance	Altitude	Cumul D+	Cumul D-	Fastest	Slowest	Time barriers
START	동두천종합운동장	0	0	120	0	0	4:00	4:00	-
CP1	회암사	11.5	11.5	132	601	589	5:00	7:30	-
CP2	오지재고개	11.5	23	402	1350	1068	6:00	9:30	9:30
CP3	예래원	11.3	34.3	506	2268	1882	7:15	12:30	12:30
CP4	초성리	14.7	49	51	2976	3030	8:30	16:30	16:30
CP5	소요산역	11.7	60.7	51	3784	3838	9:50	19:30	19:30
CP6	창말어린이공원	8.3	69	55	4534	4584	11:00	22:30	22:30
FINISH	동두천종합운동장	7.3	76.3	120	4840	4840	11:50	0:00	0:00

※ 위의 모든 내용은 상황에 따라 변경될 수 있으며 변경사항이 있을 경우 주최측은 이를 사전에 공지합니다.

April. 2019 Korea 50K Organising Committee,