

*Legendomis apipintas gražuolis Alaušo ežeras – tikra Utenos krašto puošmena ir dešimtas pagal dydį ežeras šalyje (plotas 1071,8 ha). Pasak vienos legendos, rytinėje ežero pakrantėje ant Maneičių piliakalnio stovėjusi kunigaikščio Alaušo pilis. Pasakojama, kad kunigaikštis labai mėgęs didelį skaidrų ežerą, todėl mirdamas prašė jo palaikų pelenus išberti į šio ežero vandenį. Žmonės taip ir padarė, o patį ežerą kunigaikščio garbei pavadino Alaušu. Šios gražios legendos ir vietovės garbei Joninių nakties išvakarėse rengiamas VI-as ALAUŠO MARATONAS.*

## **VI-as ALAUŠO MARATONAS NUOSTATAI**

### **I SKYRIUS**

#### **BENDROJI DALIS**

VšĮ „Maratomanija“, Utenos rajono savivaldybė ir Utenos daugiafunkcis sporto centras 2026 m. birželio 23 d., Joninių nakties išvakarėse, rengia naktinį Alaušo maratoną 2026.

### **II SKYRIUS**

#### **TIKSLAI IR UŽDAVINIAI**

Atšvęsti Joninių naktį bėgimu.  
Populiarinti maratonų bėgimo kultūrą Lietuvoje.  
Populiarinti bėgimą Lietuvoje.  
Viešinti renginį garsinant Utenos kraštą.  
Išsiaiškinti ir apdovanoti geriausius bėgikus ir dviratininkus.

### **III SKYRIUS**

#### **RENGINIO ORGANIZATORIŲ ATSAKOMYBĖ IR PAREIGOS**

Registruoti renginio dalyvius, pagaminti ir išduoti numerius.  
Išmatuoti trasą bei techniškai paruošti ją varžyboms.  
Reklamuoti renginį.

### **IV SKYRIUS**

#### **VARŽYBŲ VIETA, LAIKAS IR NUOTOLIAI**

2026 m. birželio 23 d. Sudeikiai, Utenos rajonas.  
Alaušo maratono metu mėgėjai ir profesionalai galės varžytis šiose rungtyse:

**Bėgimas:** (Distancijos: 1 km, 5 km, 10 km, 21,098 km, 42,195 km)

Startai:

Maratonas – 19:30 val.;  
Pusmaratonis – 21:00 val.;  
10 km bėgimas – 21:00 val.;  
5 km bėgimas – 21:00 val.;  
1 km vaikų bėgimas – 20:15 val.

**Šiaurietiškas ėjimas:** (Distancijos: 5 km, 10 km, 21,098 km)

Startai:

Pusmaratonis – 21:00 val.;  
10 km bėgimas – 21:00 val.;  
5 km bėgimas – 21:00 val.

**Dviratis:** (Distancijos: maratonas, pusmaratonis, 10 km)

Startai:

Maratonas – 20:45 val.;  
Pusmaratonis – 20:45 val.;  
10 km – 20:45 val.

**Virtualus bėgimas:** (Distancijos: 1 km, 5 km, 10 km, 21,098 km, 42,195 km)

Startas: 2026.06.19 – 2026.06.24

### **V SKYRIUS**

#### **LAIKO LIMITAS**

42,195 km – 7 val.

21,098 km – 3 val.

10 km – 2 val.

5 km – 1 val.

Šiaurietiško ėjimo distancijoms skiriamas 6 val. limitas.

## **VI SKYRIUS**

### **DALYVIAI**

Varžybose gali dalyvauti visi norintys, užsiregistravę, pasitikrinę sveikatą ir susipažinę su bėgimo nuostatais. Visi dalyviai bėgime dalyvauja laisva valia ir niekieno neverčiami ir prisiima visą su dalyvavimu bėgime susijusią (su įvairiais sveikatos sutrikimais ir panašiai) riziką bei įsipareigoja dėl to nereikšti renginio organizatoriams jokių pretenzijų.

Bėgikai, atsiimdami numerį, privalo turėti asmens dokumentą. Už nepilnamečius, dalyvaujančius renginyje atsako jų tėvai, globėjai arba treneris.

Kiekvienas dalyvis užsiregistruodamas savaime sutinka, kad renginio organizatoriai visas renginio metu padarytas nuotraukas bei filmuotą medžiagą gali laisvai, be atskiro sutikimo naudoti rinkodaros tikslais.

## **VII SKYRIUS**

### **SPECIALIOS SĄLYGOS IR APRIBOJIMAI**

Registruotis į bet kurią rungtį galima tik savo vardu. Savo numerį perduoti kitam dalyviui draudžiama. Tokiu atveju dalyviai bus diskvalifikuojami, o rezultatai į varžybų protokolą neįtraukiami.

Jei užsiregistravęs dalyvis nori keisti rungtį į trumpesnę, jis turi sumokėti rungties keitimo mokestį – 5 Eur. Norint keisti rungtį į ilgesnę – reikia primokėti startinio mokesčio skirtumą, pagal mokėjimo dienos galiojantį rungties startinį mokestį.

Kiekvienas dalyvis varžybose privalo turėti ant marškinėlių tvarkingai pritvirtintą numerį. Numeris turi būti ant marškinėlių priekio (krūtinės), aiškiai matomoje vietoje.

Kiekvienas bėgimo dalyvis turi prisitvirtinti laiko matavimo elektroninę mikroschemą ant marškinėlių. Jeigu mikroschema nebus pritvirtinta tinkamai, dalyvio laikas nebus fiksuojamas ir tokie dalyviai nebus įtraukti į varžybų protokolą.

Varžybų dalyviams nors kiek nukrypti nuo bėgimo trasos (be teisėjo leidimo) yra draudžiama. Dalyviai, pažeidę šią taisyklę, bus diskvalifikuojami.

Bet kokios dalyvių pretenzijos turi būti pateiktos raštu varžybų vyr. teisėjui ne vėliau kaip per 30 minučių po varžybų pabaigos. Dalyvis, pateikdamas pretenziją, privalo sumokėti 30 Eurų mokestį, kuris grąžinamas tik tuo atveju, jeigu apeliacinė komisija (maratono direktorius, vyr. teisėjas) pretenziją patenkins. Kol dalyvis nesumoka šio mokesčio, pretenzijos nesvarstomos.

Renginio organizatoriai neatsako už dalyvių sveikatą ar sveikatos sutrikimus, patirtus bėgimo metu. Dalyviai privalo pasitikrinti sveikatą.

Kiekvienas dalyvis užsiregistruodamas savaime sutinka, kad renginio organizatoriai visas renginio metu padarytas nuotraukas bei filmuotą medžiagą laisvai ir be atskiro sutikimo naudotų rinkodaros tikslais, pvz., socialiniuose tinkluose, internetinėje svetainėje ir kitose žiniasklaidos priemonėse.

## **VIII SKYRIUS**

### **SPECIALŪS PUNKTAI TRASOJE**

Trasoje bus įrengta vandens stotelė bei viena maitinimo stotelė, kurioje varžybų metu dalyviams bus dalinami gėrimai – vanduo, Cola-Cola, gaivieji gėrimai, vaisiai, sausainiai, užkandžiai. Šiame punkte bus galima palikti asmeninius daiktus.

## **IX SKYRIUS**

### **APDOVANOJIMAI**

#### **Bėgimas:**

**42,195 km** rungties apdovanojimai:

1–3 vietas užėmę vyrai ir moterys – rėmėjų prizai, taurės, medaliai;

Visiems, pasiekusiems finišą per kontrolinį laiką – atminimo medaliai ir rėmėjų dovanos.

**21,098 km** rungties apdovanojimai:

1–3 vietas užėmę vyrai ir moterys – rėmėjų prizai, taurės, medaliai;

Visiems, pasiekusiems finišą per kontrolinį laiką – atminimo medaliai ir rėmėjų dovanos.

**10 km ir 5 km** rungčių apdovanojimai:

1–3 vietas užėmę vyrai ir moterys – rėmėjų prizai, taurės, medaliai;

Visiems, pasiekusiems finišą per kontrolinį laiką – atminimo medaliai ir rėmėjų prizai.

**1 km:**

Visiems įveikusiems distanciją – atminimo medaliai.

**Šiaurietiško ėjimo** visų distancijų dalyviams, pasiekusiems finišą – atminimo medaliai ir rėmėjų prizai.

**Dviračių rungtyje:**

**42,195 km** rungties apdovanojimai:

1–3 vietas užėmę vyrai ir moterys – rėmėjų prizai, taurės, medaliai;

Visiems, pasiekusiems finišą per kontrolinį laiką – atminimo medaliai ir rėmėjų dovanos.

**21,098 km** rungties apdovanojimai:

1–3 vietas užėmę vyrai ir moterys – rėmėjų prizai, taurės, medaliai;

Visiems, pasiekusiems finišą per kontrolinį laiką – atminimo medaliai ir rėmėjų dovanos.

**10 km** rungties apdovanojimai:

1–3 vietas užėmę vyrai ir moterys – rėmėjų prizai, taurės, medaliai;

Visiems, pasiekusiems finišą per kontrolinį laiką – atminimo medaliai ir rėmėjų prizai.

**Komandinė taurė** – 1-3 komandos surinkusios daugiausia kilometrų – taurės ir rėmėjų prizai.

## X SKYRIUS

### DALYVIŲ STARTINIS MOKESTIS

Distancija	03.01– 05.15	05.16 – 06.07	06.08 – 06.21	Renginio dieną
1 km	10 Eur	14 Eur	17 Eur	20 Eur
5 km	12 Eur	15 Eur	20 Eur	25 Eur
10 km	15 Eur	20 Eur	25 Eur	30 Eur
21,095 km	20 Eur	25 Eur	30 Eur	35 Eur
42,195 km	25 Eur	30 Eur	35 Eur	40 Eur
Šiaurietiškas ėjimas 5 km	10 Eur	15 Eur	20 Eur	25 Eur
Šiaurietiškas ėjimas 10 km	15 Eur	20 Eur	25 Eur	30 Eur
Šiaurietiškas ėjimas 21,1 km	20 Eur	25 Eur	30 Eur	35 Eur
Dviratis 10 km	15 Eur	20 Eur	25 Eur	25 Eur
Dviratis 21,1 km	20 Eur	25 Eur	30 Eur	35 Eur
Dviratis 42,2 km	25 Eur	30 Eur	35 Eur	40 Eur
Virtualus bėgimas (visos distancijos)	25 Eur	30 Eur	30 Eur	–

Dalyvio startinis mokestis negrąžinamas.

Jei užsiregistravęs dalyvis nori keisti rungtį:

į trumpesnę, jis turi sumokėti rungties keitimo mokestį – 5 eurus;

į ilgesnę, jis turi primokėti startinio mokesčio skirtumą, pagal šiai dienai galiojantį ilgesnės rungties startinį mokestį bei rungties keitimo 5 eurų mokestį.

Norint perleisti registraciją kitam dalyviui mokamas 5 eurų mokestis.

Dalyvio duomenų atnaujinimo, keitimo mokestis – 5 eurai. Pakeitimai atliekami iki 2026-06-15 imtinai, vėliau jokie pakeitimai nebus galimi.

Registracijos, dalyvio duomenų keitimo mokestį pervesti į VšĮ Maratomanija sąskaitą: SWEDBANK: LT39 7300 0101 5760 4275.

## XI SKYRIUS

### DALYVIŲ REGISTRAVIMAS IR NUMERIŲ IŠDAVIMAS

Registracija atidaroma 2026 m. kovo 1 d.

Visi dalyviai gali registruotis interneto svetainėje Alaušo maratonas.

Išankstinė internetinė registracija sustabdoma 2026 m. birželio 21 d. 20:00 val. Vėliau bus galima registruotis tik renginio dieną starto vietoje.

Dalyvių numeriai bus išduodami renginio dieną starto vietoje nuo 17:00 val.

## **XII SKYRIUS**

### **DVIRAČIŲ RUNGTIES IR DUATLONO TAISYKLĖS**

Važiuojant dviračiu būtina dėvėti tvarkingai užsegta dviratininko šalną.

Galima važiuoti bet kokio tipo dviračiu, apribojimų nėra.

Dviračiai turi turėti atšvaitus arba žibintus, o dviratininkai dėvėti ryškias liemenes arba sportinę aprangą su šviesą atspindinčiais elementais.

Dviračių ir bėgimo trasos sutampa.

10 km – vienas ratas, iš jų apie 2 km – miško kelias.

21,1 km yra vienas ratas (42,2 km reikia važiuoti du ratas). Danga – 17 km asfaltas, 4 km – žvyrkelis.

## **XIII SKYRIUS**

### **VIRTUALUS BĖGIMAS**

Virtualaus bėgimo metu bėgama viena iš šių distancijų: 1 km, 5 km, 10 km, 21,098 km arba 42,195 km.

Laiką bėgimo dalyviai matuoja savarankiškai bėgdami savo pasirinkta saugia trasa, naudodami bet kokią viešai ir laisvai prieinamą sporto programėlę (pvz.: Strava, Nike Run Club, Garmin ir kitas), išmaniųjų laikrodžių nuotraukos ir panašiai, svarbiausia, kad aiškiai būtų matomas įveiktas atstumas ir laikas.

Virtualių varžybų dalyviai savo asmeninį rezultatą privalo atsiųsti el. paštu [utenos.begimai@gmail.com](mailto:utenos.begimai@gmail.com).

Dalyvis savo pasirinktą trasą turi įveikti birželio 19–25 dienomis. Rezultatai patvirtinami, tikslinami bei įtraukiami į protokolą iki birželio 25 dienos 18.00 val.

Pasiektas rezultatas bus viešai skelbiamas oficialiame varžybų protokole ir varžybų puslapyje, skiltyje „Rezultatai“.

Finišavus Alaušo maratono virtualiame bėgime ir pateikus rezultatą, nurodytu adresu Lietuvos paštu bus išsiųstas medalis (jei užsisakytas siuntimą). Dalyvis taip pat gali nurodyti telefono numerį ir adresą, kuriuo pageidauja gauti medalį. Dalyvių medaliai bus atsiųsti iki liepos 25 d. Jei dalyvis neužsisako siuntimo, jis galės medalį atsiimti Vilniuje, suderinęs atsiėmimą tel. +370 615 32 233

Medalio siuntimo kaina Lietuvoje – 6 eur, už Lietuvos ribų – 8 eur. Už siuntimą galima susimokėti registracijos sistemoje arba su virtualaus bėgimo mokesčiu.

## **XIV SKYRIUS**

### **BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

Bėgimo organizatoriai pasilieka teisę keisti varžybų taisykles.

Iškilius klausimų galima kreiptis: [maratomanija@gmail.com](mailto:maratomanija@gmail.com) arba tel.: +370 615 32 233.