

REGULAMIN

„III Bieg i Marsz Trzeźwości”

Stara Łubianka, 6 sierpnia 2016

Cel

Popularyzacja aktywności fizycznej oraz zdrowego trybu życia, przybliżanie walorów krajoznawczych okolic Starej Łubianki oraz promocja gminy Szydłowo. Wsparcie charytatywne na rehabilitację dla Marcelka Urbana ze Starej Łubianki - podopiecznego fundacji „Serce Dziecka” im. Diny Radziwiłłowej.

Organizator

Stowarzyszenie Biegaczy Gminy Szydłowo

Współorganizatorzy: Urząd Gminy Szydłowo, Zespół Szkół im. Władysława Stanisława Reymonta w Starej Łubiance, OSP Stara Łubianka.

Dystans i trasa

Dystans: 5,5 km. Trasa ze zróżnicowaną nawierzchnią (droga asfaltowa 1km, polbruk 0,5km, leśna 2,5km, droga polna 1,5km). Profil: zbieg na starcie trasy i po 1km, podbieg na 4km. Część leśna i polna z nierównościami, wymagająca uwagi i ostrożności podczas biegu. Punktów odżywczych na trasie organizator nie przewiduje.

Program imprezy

- 9:00** Msza Św. połowa na placu przy szkole w intencji uzależnionych od alkoholu, ich rodzin, organizatorów oraz wszystkich uczestników imprezy
- 10:00** Start zawodników Biegu Głównego,
- 10:10** Start zawodników marszu Nordic Walking
- 11:00-13:00** Dekoracje zwycięzców i wręczenie nagród

Klasyfikacja - Bieg główny

1. Generalna kobiet i mężczyzn oraz w kategoriach wiekowych

- M16 i K16 16-19 lat (2000-97)
- M20 i K20 20-29 lat (1996-87)
- M30 i K30 30-39 lat (1986-77)
- M40 i K40 40-49 lat (1976-67)
- M50 i K50 50-59 lat (1966-57)
- M60 60-69 lat (1956-47)
- K60 60 lat i więcej (1956 i starsze)
- M70 70 lat i więcej (1946 i starsi)

2. Klasyfikacja K i M - mieszkańców gminy Szydłowo

Klasyfikacja - Marsz Nordic Walking

1. Generalna kobiet i mężczyzn

Numery startowe i pomiar czasu

Każdy uczestnik biegu bezwzględnie ma obowiązek umieścić numer startowy z przodu koszulki tak, by był on dobrze widoczny. Pomiar czasu (czas netto) będzie prowadzony przy użyciu chipa mocowanego do buta. Umieszczenie numeru na koszulce z przodu oraz chipa przy bucie jest wymagany warunkiem sklasyfikowania.

Uczestnicy Marszu Nordic Walking startują 10 minut za biegaczami i obowiązkowo idą z kijkami.

Nagrody

Puchary w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn miejsca I-III i w kategoriach wiekowych miejsca I-III. Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych.

W klasyfikacji mieszkańców gminy Szydłowo puchary za miejsca I-VI kobiet, jak i mężczyzn.

W Marszu Nordic Walking puchary za miejsca I-VI kobiet i I-III mężczyzn.

Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg i marsz otrzymają pamiątkowe medale.

Uczestnictwo

Zarówno w biegu głównym, jak i w marszu udział wziąć mogą zawodnicy, którzy ukończyli 16-ty rok życia. Przekazanie organizatorowi w dniu biegu, podczas odbierania numeru startowego, podpisanego oświadczenia oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w imprezie i dobrowolnie zdecydował się podjąć ryzyko wysiłku fizycznego startując w biegu lub marszu wyłącznie na własną odpowiedzialność. Pobranie numeru startowego oznacza, że zawodnik zna regulamin, akceptuje go i zobowiązuje się do jego przestrzegania.

Wszyscy startujący muszą zostać zweryfikowaniu w biurze zawodów w dniu 06.08.2016r. w godz.: 8:00 - 9:00. Mieścić się ono będzie w Zespole Szkół im.

Władysława Stanisława Reymonta w Starej Łubiance, ul. Polna 8.

Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz wizerunku. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem. Regulamin może ulec zmianie, a organizator zobowiązuje się o tym poinformować uczestników.

Opłaty startowe

Od zgłaszających się do biegu lub marszu wymagana jest opłata w wysokości **30 zł** - płatna przelewem on-line bezpośrednio po rejestracji poprzez formularz internetowy na stronie <http://biegamy.org/panel/> (10zł z tej kwoty zostanie przekazane na wspomniany cel charytatywny).

W dniu zawodów opłata gotówką wynosi **50 zł** (płatne w biurze zawodów dn. 6 sierpnia 2016r. w godz. 8:00 - 9:00).

Opłata nie podlega zwrotowi. W ramach opłaty startowej zawodnik otrzymuje numer startowy, obsługę informatyczną rejestracji oraz pomiaru czasu, medal, wodę mineralną oraz posiłek regeneracyjny na mecie.

Zgłoszenia i limity

Zawodnik przed dokonaniem opłaty startowej na konto ma obowiązek wypełnienia formularza zgłoszeniowego na stronie www organizatora oraz sprawdzenia, czy jego zgłoszenie rejestracji zostało ujęte na liście startujących na stronie organizatora:

www.biegamy.org/panel/

Zawodnik zgłaszający się w dniu biegu wypełnia kartę zgłoszenia udostępnioną w biurze zawodów i dokonuje opłaty startowej gotówką.

Limit zgłoszeń internetowych: 400 zawodników. Limit zgłoszeń w dniu zawodów: 50 zawodników.

Dane kontaktowe

Biuro Zawodów - czynne w dniu zawodów w godz. 8:00-9:00:

Zespół Szkół im. Władysława Stanisława Reymonta w Starej Łubiance, ul. Polna 8, 64-932 Stara Łubianka.

Organizator: Stowarzyszenie Biegaczy Gminy Szydłowo, ul. Jana Pawła II 30, 64-932 Stara Łubianka, e-mail: biuro@biegamy.org, www: www.biegamy.org

Osoby odpowiedzialne za organizację: Piotr Drożdż, Grzegorz Lewandowski (e-mail: biuro@biegamy.org).