

Regulamin

Biegów ulicznych „Strzałkowo – dobry kierunek”: biegi dziecięce, młodzieżowe, bieg na 10 km, bieg na 5 km, marsz Nordic Walking na 5 km

1. Cele imprezy

- Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu.
- Promocja Strzałkowa.

2. Organizator

- Gminny Ośrodek Kultury w Strzałkowie.
- Instytucja wspierająca: Gmina Strzałkowo, LBS Strzałkowo

3. Termin i miejsce

- Impreza sportowa odbędzie się w dniu 18 czerwca 2016 roku (sobota) w Strzałkowie.
- Adres biura zawodów: Hala sportowa w Strzałkowie przy ul. Górnej.

4. Szczegółowy program zawodów :

15:30 Pokazowa rozgrzewka dla dzieci i młodzieży.

15:45 Bieg przedszkolaków.

16:00 Bieg uczniów szkoły podstawowej klas I-III.

16:15 Bieg uczniów szkoły podstawowej klas IV-VI.

16:30 Bieg gimnazjalistów.

17:00 Bieg główny - 5km i 10km oraz Nordic Walking 5 km - start wspólny.

Bieg Przedszkolaków

- Start godz. 15.45
- Trasa: Strzałkowo ul. Górna, boisko przy hali sportowej.
- Dystans: 100 metrów

- W biegu mogą wziąć udział dzieci w wieku przedszkolnym tylko i wyłącznie w towarzystwie opiekuna, niezależnie od miejsca zamieszkania.
- Odrębna klasyfikacja dla dziewczynek i chłopców.

Bieg Szkół Podstawowych klas I-III

- Start ok godz. 16.00
- Trasa: Strzałkowo ul. Górna, stadion przy hali sportowej.
- Dystans: 200 metrów,
- Odrębna klasyfikacja dla dziewczynek i chłopców.

Bieg Szkół Podstawowych klas IV-VI

- Start ok godz. 16.15
- Trasa: Strzałkowo ul. Górna, stadion przy hali sportowej.
- Dystans: 500 metrów
- Odrębna klasyfikacja dla dziewczynek i chłopców.

Bieg Gimnazjalistów

- Start ok godz. 16.30
- Trasa: Strzałkowo ul. Górna, Przybyszewskiego, Hulewiczów i z powrotem.
- Dystans: 1800 metrów
- Odrębna klasyfikacja dla dziewcząt i chłopców.

5. Trasa

- Bieg na 10 km: Strzałkowo ul. Górna, Daszyńskiego, Pospólno, Katarzynowo i z powrotem.
- Bieg na 5 km: Strzałkowo ul. Górna, Daszyńskiego, Pospólno, skrzyżowanie przy lesie i z powrotem.
- Marsz Nordic Walking 5 km: Strzałkowo ul. Górna, Daszyńskiego, Pospólno, skrzyżowanie przy lesie i z powrotem.
- Trasa oznaczona będzie co jeden kilometr.
- Trasa posiadać będzie atest PZLA.

- Mapa trasy biegu opublikowana zostanie przed zawodami.
- Nie przewiduje się udziału zawodników na wózkach i rolkach.

6. Punkty odżywiania i odświeżania

- Bieg na 10 km: Punkt odżywiania usytuowany będzie w okolicach 5 km (do dyspozycji zawodników będzie woda źródłana oraz napój izotoniczny).
- Bieg na 5 km i marsz Nordic Walking: Punkt odżywiania usytuowany będzie pomiędzy 2 a 3 km (do dyspozycji zawodników będzie woda źródłana oraz napój izotoniczny).

7. Opieka medyczna w czasie zawodów

- Na punktach odświeżania do dyspozycji zawodników będą podręczne apteczki z podstawowym zestawem pomocy przedmedycznej (plastry, jałowe opatrunki, bandaże elastyczne, glukoza, lód w sprayu, itp.)
- Na mecie biegu organizator zapewnia wykwalifikowaną pomoc medyczną. Na trasie zawodów Organizator może zdecydować o przerwaniu biegu zawodnika wymagającego pomocy. Decyzja taka jest ostateczna.

8. Pomiar i limit czasu

- Limit czasu ukończenia biegu wynosi 90 minut.
- Wszyscy uczestnicy zostaną zweryfikowani przy pomocy elektronicznego systemu pomiaru czasu.
- Sposób pomiaru czasu zostanie podany do wiadomości zawodników przed biegiem.
- Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu/marszu do godziny 18.30 zobowiązani są do zejścia z trasy i dojechania do mety pojazdem z napisem "Koniec Biegu".

9. Zasady uczestnictwa i zgłoszenia

- W zawodach (bieg na 10 i 5 km) mogą wziąć udział zawodnicy indywidualni, którzy ukończyli 16 rok życia, niezależnie od miejsca zamieszkania, przynależności klubowej i narodowości.
- Zawodnicy powyżej 18 roku życia zobowiązani są do przedstawienia zaświadczenia lekarskiego o zdolności do udziału w biegach długodystansowych lub do podpisania oświadczenia udziału na własną odpowiedzialność: podstawa prawna: Rozporządzenie

Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 Dz. U. Nr 101 poz. 1095). Od niepełnoletnich uczestników będzie wymagana pisemna zgoda rodziców lub prawnych opiekunów na udział w zawodach.

- Zgłoszenia można dokonywać drogą elektroniczną do dnia 11 czerwca 2016 roku, lub do wyczerpania limitu miejsc, na stronie www.time4run.com.pl/imprezy/biegi-uliczne-strzalkowo-dobry-kierunek-2016/. Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, która wypełniła i przesłała formularz zgłoszeniowy oraz dokonała opłaty startowej. W dniu zawodów organizatorzy dysponować będą dodatkową liczbą 30 pakietów, które przeznaczone będą wyłącznie dla zawodników z gminy Strzałkowo. Rejestracja w dniu zawodów możliwa będzie od godz. 14:30 do 15:30 w biurze zawodów.
- Limit uczestników wynosi 300 osób na biegi na 5 km i 10 km oraz rajd Nordic Walking.
- Wydawanie numerów startowych odbywać się będzie w biurze zawodów w dniu zawodów od godz. 14:30 do 16:00.
- Numer startowy musi być przypięty z przodu na piersiach. Niedopełnienie tego obowiązku może skutkować dyskwalifikacją.
- Każdy zawodnik rejestrując się wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym. Zgoda dotyczy również wykorzystania danych teleadresowych do ewentualnej korespondencji z zawodnikiem w sprawach dotyczących zawodów oraz wykorzystania jego wizerunku widniejącego na fotografiach.
- Zawodnik podczas weryfikacji w Biurze Zawodów musi posiadać dowód tożsamości ze zdjęciem.
- Ewentualna rezygnacja z biegu już po odebraniu pakietu startowego powinna zostać zgłoszona w Biurze Zawodów.
- pobranie numeru lub karty startowej jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.

10. Wpisowe

- Dla uczestników imprezy zameldowanych na terenie gminy Strzałkowo nie przewiduje się opłaty startowej.

- Wpisowe dla zawodników spoza gminy Strzałkowo wynosi:
 - 20 zł w biegu na 10 km
 - 10 zł w biegu na 5 km i marszu Nordic Walking
- Każdy z zawodników może opcjonalnie zamówić koszulkę techniczną w wysokości 20 zł. Termin zamawiania koszulek mija 3 czerwca.
- Opłatę startową należy wpłacać na konto firmy prowadzącej zapisy: T4R Marcin Chwiłkowski, Gutowo Małe, ul. Powidzka 17, 62-300 Września, bank ING 31 1050 1852 1000 0092 0919 6642 lub na subkonto operatora płatności elektronicznych Payu.

11. Klasyfikacja końcowa

Prowadzone będą następujące klasyfikacje:

Mistrzostwa Gminy Strzałkowo w biegu na 10 km

- Mistrzostwa Gminy Strzałkowo kobiet do 40 lat
- Mistrzostwa Gminy Strzałkowo kobiet powyżej 40 lat
- Mistrzostwa Gminy Strzałkowo mężczyzn do 45 lat
- Mistrzostwa Gminy Strzałkowo mężczyzn powyżej 45 lat
- Generalna kobiet
- Generalna mężczyzn

Bieg rekreacyjny na 5 km

- Generalna kobiet
- Generalna mężczyzn

Marsz rekreacyjny Nordic Walking na 5 km

- Generalna kobiet
- Generalna mężczyzn

O przynależności do poszczególnych kategorii decyduje rocznik urodzenia.

12. Nagrody

- W kategorii generalnej kobiet i mężczyzn w biegu na 10 km za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymają nagrody w formie bonów.

- We wszystkich kategoriach Mistrzostw Gminy Strzałkowo kobiet i mężczyzn za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymają nagrody w formie bonów.
- W kategorii generalnej kobiet i mężczyzn w biegu na 5 km za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymają nagrody w formie bonów.
- W kategorii generalnej kobiet i mężczyzn w marszu Nordic Walking za zajęcie miejsc 1-3 zawodnicy otrzymają nagrody w formie bonów.
- W zależności od udzielonego wsparcia finansowego przez sponsorów zostaną dodatkowo ufundowane nagrody rzeczowe i/lub przeprowadzone zostanie losowanie upominków dla uczestników biegu.

13. Świadczenia

- Każdy zawodnik otrzymuje pakiet startowy w skład którego wchodzi: medal przygotowany specjalnie na bieg w Strzałkowie, numer startowy, woda, gadżety.
- Wszystkim uczestnikom zawodów Organizatorzy zapewniają szatnie i depozyt oraz możliwość skorzystania z pryszniców i toalet w hali sportowej.
- Jakikolwiek dodatkowe świadczenia przyznane w związku z udziałem w biegu są uzależnione od sponsorów i decyzji Organizatorów. Żadne z nich nie mogą być przedmiotem sporu.

14. Szczególne zasady bezpieczeństwa

- Ze względu na dystans, profil trasy, panujące temperatury zabroniony jest start zawodników, którzy są chorzy, przeziębieni, przemęczeni, spożywali alkohol, środki chemiczne wpływające na zdolności psychofizyczne, jakiegokolwiek leki bez wiedzy lekarza lub nie posiadają wystarczającej wiedzy odnośnie swojego stanu zdrowia i formy sportowej.
- Organizator nie zapewnia ochrony ubezpieczeniowej i zaleca wykupienie jej we własnym zakresie.
- W przypadku odczucia jakiegokolwiek dolegliwości w czasie biegu zawodnicy powinni natychmiast przerwać bieg, poprosić wolontariuszy lub najbliższe osoby o wezwanie pomocy lub osobiście udać się do punktu pomocy medycznej na trasie biegu lub mecie.

- Uczestnicy zawodów bezwzględnie muszą stosować się do poleceń służb zabezpieczających: policji, pożarnej i organizatora i poruszać się w czasie biegu zgodnie z ich zaleceniami przestrzegając zasad bezpieczeństwa.

15. Postanowienia końcowe

- Organizatorzy nie będą odpowiedzialni za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia ani za szkody wyrządzone przez osoby trzecie.
- Uczestników obowiązuje strój sportowy.
- Za niesportowe zachowanie niegodne zawodnika, skracanie trasy, łamanie postanowień regulaminu, składanie fałszywych oświadczeń itp. organizator może odmówić zawodnikowi udziału w biegu.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany i ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu.
- Pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne Biegu do godz. 18.45, opłata wynosi 100 zł. Zwrot nastąpi w przypadku pozytywnego rozpatrzenia protestu. Protesty będą rozpatrywane w czasie do jednej godziny.
- Wszystkie sprawy nie określone niniejszym regulaminem rozstrzygane są w porozumieniu z organizatorem w duchu uczciwej, sportowej rywalizacji na ogólnie przyjętych zasadach obowiązujących w podobnych zawodach sportowych.