

REGULAMIN

I. CEL IMPREZY: Jeziorowa Siódemka w Russocicach

Bieg ma charakter sportowy.

Popularyzacja i upowszechnianie biegania oraz jako najprostszej formy aktywności ruchowej.

Promocja zdrowego stylu życia.

Promocja Gminy Władysławów

II. ORGANIZATOR:

Klub Sportowy „Baszta „ Wyszyna,

III. TERMIN i MIEJSCE:

Bieg odbędą się w dniu 8 października (Niedziela)

o godzinie 9.00 –11.00 Otwarcie biura zawodów(Wigwam Russocice)

o godzinie 11.15 – – Start marszu NW

o godzinie 11.30- Start Biegu 7 km

IV. TRASA i DYSTANS:

Dystans 7 km

Trasa biegu to 100% cross

V. WARUNKI UCZESTNICTWA:

1. Prawo startu mają wyłącznie osoby powyżej 16 roku życia (ukończą do dnia 08.10.2023 r. 16 lat), podpiszą oświadczenie, że startują na własną odpowiedzialność i odbiorą w biurze zawodów numer startowy. Osoby do 18 roku życia muszą mieć też pisemną zgodę prawnego opiekuna.

2. Limit uczestników biegu wynosi 100 osób, organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wypełnienia limitu zgłoszeń.

3. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów.

5. Organizator nie zapewnia ochrony ubezpieczeniowej i zaleca wykupienie jej we własnym zakresie.

6. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu otrzymuje :

- numer startowy oraz agrafki,
- wodę mineralną na mecie,
- pamiątkowy medal
- posiłek regeneracyjny
- koszulkę

7. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe, przekazane przez organizatora, przypięte z przodu do koszulki. Zasłanianie numeru startowego części lub całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji.

8. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.

9. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji w biurze zawodów dowód osobisty lub paszport.

10. Limit czasu ukończenia biegu wynosi 80 minut.

Organizator może zdecydować o przerwaniu biegu zawodnika wymagającego pomocy. Decyzja taka jest ostateczna.

VI. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA:

1. Zgłoszenia do udziału w biegu :

a) poprzez zgłoszenie www.time4run.com.pl

-opłata za bieg 45zł

b) bezpośrednio w biurze zawodów: 80 zł. (w przypadku gdy organizator będzie posiadał wolne pakiety)

c) zapisy i zgłoszenia internetowe zostaną zamknięte w dniu 6.10.2023 r.

VII. KLASYFIKACJA ,Nagrody:

1. Nagradzanych będzie pierwszych 5 zawodników i 5 zawodniczek w kategorii open.

2. Nagrody 3 zawodników i 3 zawodniczek marsz NW

3. Nagrody 1-3 zawodnicy i zawodniczki 50+

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

2. Organizator zapewnia: opiekę medyczną podczas biegu .

3. Posiłek regeneracyjny po biegu.

4. Organizator zastrzega sobie prawo odmowy dopuszczenia do biegu zawodnika, który w rażący sposób naruszył regulamin dowolnego biegu zgłoszonego w kalendarzu Polskiego Stowarzyszenia Biegów lub swoim zachowaniem zakłócił przebieg takiego biegu.

5. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora