

VI BIEG NA ZAMEK PO MIECZ SPYCYMIRA

Terenowy bieg górski – 7,5 km Tarnów - 19 maja 2019 r.

R E G U L A M I N

Cel imprezy:

- promocja Miasta Tarnowa poprzez przypomnienie postaci Spycymira herbu Leliwa – założyciela Tarnowa, jednego z najwybitniejszych Polaków średniowiecznego okresu historii Polski,
- integracja środowiska tarnowskich biegaczy,
- popularyzacja biegów masowych jako jednej z form zdrowego i aktywnego stylu życia.

Organizator:

Stowarzyszenie Sportowe **SOKÓŁ TARNÓW** przy współudziale: **Tarnowskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji**

Miejsce i termin:

- **Góra św. Marcina - 19 maja 2019 roku (niedziela)**

- start na terenie Parku Biegowego „Marcinka” przy ul. Harcerskiej po wschodniej stronie basenu TOSIR
- meta na ruinach Zamku.

- biuro zawodów czynne w dniu zawodów 19 maja 2019 roku w godzinach 9.00-12.30 Park Biegowy MARCINKA

Program :

godz. od 9.00 do 10.30 – odbiór numerów startowych i chip-ów

godz. 11.00 - start

godz. 12.00 – planowane zakończenie biegu przez wszystkich uczestników

godz. 13.00 – zakończenie - dekoracja zwycięzców, losowanie nagród – Park Biegowy MARCINKA

Zgłoszenie uczestnictwa (rejestracja) i opłata startowa:

1. Zapisy do biegu dostępne na stronie
2. Opłata startowa przy zapisie on-line:
 - do dnia 01.05.2019 r. 30 zł
 - do dnia 09.05.2019 r. 40 zł

Warunkowo w miarę wolnych miejsc można dokonać zapisu i opłaty w dniu zawodów w kwocie 50 zł

Pomiar czasu: elektroniczny CHIP zwrotny (bez kaucji)

Trasa Biegu:

- Dystans 7,5 km z boczem Góry św. Marcina 99% teren 1% asfalt
- Plan trasy w załączniku do niniejszego regulaminu.

Klasyfikacja biegu:

- generalna kobiet i mężczyzn
- w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn

K1 16-19	M1 16-19	(2003-2000)
K2 20-29	M2 20-29	(1999-1990)
K3 30-39	M3 30-39	(1989-1980)
K4 40-49	M4 40-49	(1979-1970)
K5 50-59	M5 50-59	(1969-1960)
	M6 60-69	(1959-1950)
K6 60 i starsze (1959 i poniżej)	M7 70 i starsi (1949 i poniżej)	

Nagrody, upominki i inne świadczenia:

- Miecz Spycymira (naturalnej wielkości) i dyplom za 1 miejsce w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn,
- Oryginalna statuetka dyplom za 1 miejsce w kategoriach wiekowych
- pamiątkowy medal i oryginalny dyplom dla wszystkich,
- posiłek po zakończeniu biegu, napoje dla wszystkich,
- udział w losowaniu nagród dla wszystkich.

Warunki uczestnictwa w biegu:

W biegu mogą brać udział osoby, które przed startem:

- w przypadku osób niepełnoletnich - przedłożą, podpisaną w biurze zawodów pisemną zgodę opiekunów prawnych,
- dokonały opłaty startowej
- podpiszą oświadczenie o właściwym stanie zdrowia i udziale w zawodach na własną odpowiedzialność.

Postanowienia końcowe

- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.
- W miarę możliwości finansowych dla zwycięzców przyznane będą nagrody rzeczowe,
- Zawody odbędą się w terenie poza drogami publicznymi. Jedynie na długości ok. 50m trasa przebiegać będzie na wydzielonej części pasa drogi publicznej, na której należy zachować szczególną ostrożność i wykonywać polecenia służby zabezpieczającej.
- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Organizator zapewnia miejsce na przebranie i przechowanie ubrań
- Załącznikiem do niniejszego regulaminu jest mapa trasy biegu.
- Szczegółowe informacje można uzyskać pod numerami telefonów:

kom. 791687287 – Bogdan Banaś - kom. 508157802 – Adam Winczura

oraz na stronach internetowych: www.sokolartnow.pl ;