

Diecezjalny Bieg Trzeźwości
Bieg górski - Marsz Nordic Walking - Rowerowy Rajd Solidarności
REGULAMIN

Cel imprezy:

- Popularyzacja biegania, jako najprostszej formy ruchu.
- Propagowanie zdrowego stylu życia oraz postaw abstynenckich wobec alkoholu i narkotyków
- Poznanie walorów krajoznawczo – turystycznych Pogórza Ciężkowickiego

Organizator:

Stowarzyszenie Sportowe **SOKÓŁ TARNÓW**, Wydział Duszpasterstwa Trzeźwości i Uzależnień Kurii Diecezjalnej w Tarnowie, Rada nr 16100 Rycerzy Kolumba

Miejsce i termin:

- 25 sierpnia 2019r. (niedziela)
- Start Park biegowy „Marcinka”
- Meta - Tuchów parking obok Sanktuarium Matki Bożej Tuchowskiej

Program imprezy:

- Start - Tarnów - Park biegowy „Marcinka”:
 - godz. 9.00 - Marsz Nordic Walking 15 km
 - godz. 10.00 - Rowerowy Rajd Solidarności 50 km
(ok. 35km do Tuchowa i 15 km powrót do Tarnowa)
 - godz. 10.05 - Bieg górski - 17 km
- Meta - Tuchów - parking obok Sanktuarium Matki Bożej Tuchowskiej
 - godz. 11.20 – 13.00 planowany czas ukończenia poszczególnych dyscyplin
 - godz. 14.00 - zakończenie, wręczenie trofeów
 - godz. 15.00 - Msza św. w Sanktuarium MBT
- Powrót do Tarnowa - autokarami z parkingu obok Sanktuarium Matki Bożej Tuchowskiej

Zgłoszenie:

- Zapisy on-line : www.sokoltarnow.pl
 - Prosimy o dokonanie zapisu najpóźniej do 13 sierpnia 2019r. Również do tego terminu prosimy zgłaszać telefonicznie rezygnację z wcześniejszego zgłoszenia udziału w imprezie.
- Wszelkie świadczenia organizator zapewnia tylko osobom zgłoszonym do ww. terminu.

Uczestnictwo:

- W imprezie uczestniczyć mogą osoby pełnoletnie, które dokonały zgłoszenia i podpiszą na starcie oświadczenie o stanie zdrowia. Dopuszcza się udział nieletnich pod opieką rodziców lub opiekunów prawnych.

Oplata startowa: Organizator nie pobiera opłaty startowej, lecz jest możliwość dobrowolnej wpłaty na konto Stowarzyszenia Sportowego Sokół Tarnów 33-100 Tarnów ul. Przybyłkiewicza 61 w BGŻ SA 4420300045110000002448660 z dopiskiem „darowizna - Bieg Trzeźwości”

Trasa Biegu:

Trasa Biegu górskiego oraz Nordic Walking przebiegać będzie niebieskim szlakiem turystycznym. Rowerowy Rajd Solidarności po szlakach rowerowych i turystycznych Pogórza w gminach Tarnów, Skrzyszów, Ryglisce, Tuchów.

Nawierzchnia – drogi gruntowe i ścieżki leśne, częściowo asfalt.

Częściowo trasy przebiegać będą drogami publicznymi, dlatego uczestnicy powinni poruszać się po nich zgodnie z przepisami ruchu drogowego.

Klasyfikacja:

Ze względu na towarzyski charakter imprezy klasyfikacja będzie prowadzona tylko dla Biegu górskiego w kategorii open kobiet i mężczyzn. W miarę możliwości finansowych organizator wprowadzi klasyfikację wiekową kobiet i mężczyzn, – o czym poinformuje w osobnym komunikacie.

Nagrody, upominki i inne świadczenia:

- dla wszystkich uczestników imprezy: okolicznościowy oryginalny medal i numer startowy, upominek, wymieniony posiłek .

Postanowienia końcowe

- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.
- Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Organizator zapewnia przewóz zgromadzonych w depozycie na miejscu startu rzeczy uczestników oraz powrót autokarem z Tuchowa do Tarnowa.
- Szczegółowe informacje można uzyskać pod numerami telefonów:

606 472 700 – Komandor Biegu Wiesław Franciszek Florek
791 687 287, 508 157 802 – Stowarzyszenie Sportowe Sokół Tarnów