

V ZIELONA WIERZCHOSŁAWICKA DYCHA

14.09.2019 Lasy Wierzchosławickie „Dwudniaki”

Bieg terenowy na dystansie **10 km i 7 km NW**

REGULAMIN

Cel imprezy:

- Popularyzacja biegania i NW, jako najprostszej formy czynnego wypoczynku.
- Propagowanie zdrowego i ekologicznego sposobu na spędzenie wolnego czasu i zachowanie zdrowia i dobrej formy.
- Piknik rodzinny - spotkanie przy „Starej Zagrodzie W. Witosa na Dwudniakach”.
- Integracja dzieci ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Wierzchosławicach-Dwudniakach z lokalną społecznością.

Organizator:

Stowarzyszenie Inicjatywy Społeczne w Wierzchosławicach.

Partnerzy:

Stowarzyszenie Sportowe SOKÓŁ TARNÓW ,
Towarzystwo Przyjaciół Muzeum Wincentego Witosa w Wierzchosławicach
Aktywna Przestrzeń

Honorowy Patronat:

Gmina Wierzchosławice,
Starostwo Powiatowe w Tarnowie
Lasy Państwowe Nadleśnictwo Dąbrowa Tarnowska
IPN Kraków

Miejsce i termin:

- NW 14 wrzesień 2019 roku godz. 14.00
- **Bieg na 10 km „Po Żłoty Sierp Witosa”** 14 wrzesień 2019 roku godz. 15.30
- start i meta Stary Dom Wincentego Witosa na „Dwudniakach” w **Wierzchosławicach.**

Program :

godz. od 12.00-15.00 – Odbiór numerów startowych i chip-ów

godz. 14.00 – start NORDIC WALKING na 7 km

godz. 15.30 – start BIEGU 10 km

godz. 17.00 – planowane zakończenie biegu przez wszystkich uczestników

godz. 18.30 – zakończenie - dekoracja zwycięzców, opcjonalnie losowanie nagród w miarę pozyskania sponsorów i fantów na loterię.

Zgłoszenie uczestnictwa (rejestracja) i opłata startowa:

1. Zapisy do biegu dostępne na stronie <http://www.pomiar-czasu.pl>

- ustalony został limit zgłoszeń na 300 osób

- warunkowo, jeżeli nie zostanie osiągnięty limit 300 osób będzie można dokonać zapisu i opłaty startowej w dniu zawodów

(Biuro Zawodów w godzinach 12.00-15.00). W tym wypadku opłata startowa wynosić będzie 60zł.

2. Przy zapisie on-line uczestnicy biegu zobowiązani są do wpłacenia opłaty startowej on-line w wysokości:

39 zł – do dnia 31.07.2019 r.

49 zł – do dnia 31.08.2019 r.

59 zł – do 13.09.2019 r

60 zł - w dniu zawodów

3. Wpisanie na listę startową nastąpi po zaksięgowaniu opłaty startowej na koncie Organizatora.

4. W przypadku rezygnacji z uczestnictwa wpłacona opłata startowa nie podlega zwrotowi, nie ma możliwości przeniesienia jej na inną osobę.

Pomiar czasu: elektroniczny CHIP zwrotny (bez kaucji)

Trasa Biegu:

- Dystans 10 km: drogi asfaltowe (ok.4 km) i drogi i ścieżki terenowe(ok. 6 km)
- Dystans Nordic Walking 7 km
- Plan trasy w załączniku do niniejszego regulaminu

Klasyfikacja biegu:

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

- dla wszystkich uczestników pakiet startowy z niespodzianką , napojem i materiałami reklamowymi od sponsorów
- dla wszystkich uczestników biegu: oryginalny okolicznościowy medal, posiłek
- w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn za 1, 2, 3 miejsce nagrody rzeczowe, oryginalne statuetki, dyplomy
- w klasyfikacji wiekowej kobiet i mężczyzn za 1, 2, 3 miejsce nagrody rzeczowe i dyplomy
- **Nagrody w kategorii OPEN i Kategoriach wiekowych nie dublują się!!!**

OPCJONALNIE LOSOWANIE NAGRÓD wśród wszystkich uczestników Biegu i marszu NW ! – w miarę pozyskania sponsorów.

Warunki uczestnictwa w biegu:

W biegu mogą brać udział osoby, które przed startem:

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

Postanowienia końcowe

- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.
- 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. 604453112 – Aneta Brudkiewicz-Paździora

kom. 694260424 – Rafał Nosek

kom. 512807420 – Łukasz Słomski

oraz na stronach internetowych: <http://www.pomiar-czasu.pl>