

# **CZWARTA EDYCJA BIEG LEGIONISTÓW - BIEGI POGÓRZA**

## **Regulamin**

### **ORGANIZATOR**

Centrum Kultury w Pleśnej

### **Partnerzy:**

Województwo Małopolskie  
Powiat Tarnowski  
Gmina Pleśna

### **Honorowy Patronat:**

Członek Zarządu Województwa Małopolskiego Anna Pieczarka  
Starosta Powiatu Tarnowskiego Roman Łucarz  
Wójt Gminy Pleśna Józef Knapik

### **Patronat medialny:**

STARnowa.tv  
RDN Małopolska  
Gazeta Krakowska  
Pismo Samorządowe Gminy Pleśna „Pogórze”

## **I. CEL**

1. Uczczenie pamięci Legionistów walczących pod Łowczówkiem,
2. Promocja gminy Pleśna
3. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy sportu i rekreacji ruchowej zarówno wśród dzieci jak i dorosłych,
4. Propagowanie zdrowego i aktywnego stylu życia wśród mieszkańców gminy Pleśna, powiatu tarnowskiego oraz województwa małopolskiego.

## **II. TERMIN I MIEJSCE**

1. Zawody odbędą się w dniu 22 września 2019 r. w Pleśnej.
2. Długość trasy: 1 km, 3,5 km, 13 km bieg terenowy, 10 km bieg uliczny oraz 6 km Nordic Walking do wyboru przez Uczestnika.
3. Bieg na dystansie 1 km wystartuje o godz. 10:00. Start Nordic Walking 10:30. Start biegu na dystansie 13 km bieg terenowy nastąpi o godz.10:40. Start biegu na dystansie 10 km odbędzie się o godzinie 10:50. Bieg na 3,5 km nastąpi o godzinie 11:00.

## **III. LIMIT CZASU**

1. Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący: 1,5 godziny w przypadku biegu na 10 km bieg uliczny oraz nordic walking, 2 godziny dla biegu na 13 km bieg terenowy. 1 godzina dla biegu 3,5 km, oraz 15 minut dla dystansu 1 km.
2. Zawodnicy, którzy po upływie wskazanego wyżej czasu nie dotrą do mety zobowiązani są do przerwania biegu i zejścia z trasy.

## **IV. PUNKTY ODŻYWIANIA**

1. Na trasie Biegu na dystansie 10 km bieg uliczny oraz 13 km bieg terenowy rozstawiony będzie jeden punkt odżywiania.

## **V. ZGŁOSZENIA I OPŁATY STARTOWE**

1. W Biegu na dystansie 1 km prawo startu mają wyłącznie osoby, które urodziły się w roku 2007 i młodszy, w biegu na dystansie 3,5 km mogą uczestniczyć urodzeni w 2006 roku lub starsze, zaś w biegach na dystansie 13 km bieg terenowy oraz 10 km bieg uliczny osoby, które urodziły się w roku 2003 lub starsze. Start w Nordic Walking nie ma żadnych ograniczeń wiekowych.
2. Warunkiem uczestnictwa w Biegu jest prawidłowe wypełnienie Formularza Rejestrowego oraz dokonanie opłaty startowej. Przekazanie prawidłowo wypełnionego formularza odbywa się w formie elektronicznej na stronie **www.pomiar-czasu.pl** Rejestrację internetową prowadzi firma JKR Ostrowski. Wypełnienie Formularza Rejestracyjnego jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
3. Udział w Biegu mogą wziąć tylko te osoby, które dokonają pełnej rejestracji, tzn. wypełnią Formularz Rejestracyjny, dokonają opłaty startowej, odbiorą numer startowy oraz chip pomiarowy jak i również uzupełnią oświadczenie o stanie zdrowia.

#### **4. Opłaty startowe dla biegów wynoszą:**

**Opłacie podlegają tylko i wyłącznie osoby pełnoletnie czyli z rocznika 2001 i starsze.**

- do 1.09.2019 roku 35 zł

- od 10.09.2019 roku 40 zł

- w dniu zawodów 45 zł

**Osoby startujące w Nordic Walking nie uiszczają opłaty.**

**Podczas rejestracji na stronie [www.pomiar-czasu.pl](http://www.pomiar-czasu.pl) rejestrujący się zawodnik zostanie bezpośrednio przekierowany na stronę na której dokonuje się opłaty za bieg.**

5. Osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia „**Oświadczenia Rodzica lub Opiekuna prawnego o zdolności dziecka do udziału w biegu**” podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna.

6. Zgłoszenia online zostaną zawieszane 21 września 2018 roku o godzinie 17:00. Po tym terminie zgłoszenia będą możliwe wyłącznie w Biurze Zawodów pod warunkiem dostępności miejsc.

7. Organizator zastrzega sobie prawo do wysyłania Uczestnikom Biegu informacji organizacyjnych, handlowych i marketingowych od Organizatora, partnerów i sponsorów Biegu, a także do wewnętrznych potrzeb administracyjnych i analitycznych.

8. Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom z nim powiązany, prawo do przeprowadzenia z każdym z Uczestników wywiadów, robienia zdjęć i/lub filmowania, używania imion i nazwisk, wizerunku, głosu oraz innych materiałów pochodzących lub związanych z uczestnictwem w Biegu na potrzeby reklamowe, promocyjne, a także możliwość ich wykorzystania w Internecie lub transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na wszelkie inne potrzeby komercyjne z prawem do ich modyfikowania.

9. Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom powiązany prawo do nieodpłatnego wykorzystania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań przedstawiających Uczestników, które mogą być bezpłatnie umieszczane na wybranych nośnikach elektronicznych, katalogach oraz mediach: telewizja, radio, gazety, magazyny, strony internetowe na potrzeby reklamowe i promocyjne. Uczestnik oświadcza, że Organizator nie jest i nie będzie zobligowany do uiszczenia jakichkolwiek opłat związanych z działaniami opisanymi w niniejszym punkcie, udzielając tym samym nieograniczonej licencji na używanie wypowiedzi, swojego wizerunku, informacji bez powiadomienia w celu reklamy i promocji Biegu oraz innych wydarzeń organizowanych przez Centrum Kultury w Pleśnej.

10. W Zawodach (na wszystkich dystansach łącznie z) obowiązuje limit 500 nadanych numerów startowych (50 nordic walking i 450 biegi) przy czym o nadaniu numeru startowego decyduje kolejność dokonywania zgłoszenia.

11. Wszyscy zawodnicy startujący w Biegach muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Biuro będzie czynne w następujących porach:

- 22 września (niedziela) w godzinach 8.00 – 9.30

12. Adres Biura Zawodów: „Orlik” w Pleśnej. Kontakt przed 22.09.2019 w Centrum Kultury w Pleśnej.

13. W Biurze Zawodów zawodnicy otrzymują pakiety startowe zawierające między innymi:

- numer startowy wraz z elektronicznym chipem do pomiaru czasu
- techniczną koszulkę okolicznościową
- napój izotoniczny
- kupon na ciepły posiłek
- kupon do udziału w losowaniu nagród

**14. Organizator gwarantuje otrzymania koszulki w zadeklarowanym podczas rejestracji rozmiarze pod warunkiem że ta rejestracja odbyła do 5.09.2018 do godziny 23:00 po tym terminie organizator nie gwarantuje otrzymania koszulki o podanym podczas rejestracji rozmiarze.**

15. Podstawą odbioru zestawu startowego z numerem i chipem jest okazanie przez zawodnika w Biurze Zawodów dokumentu tożsamości ze zdjęciem.

16. Odbiór pakietu startowego w imieniu innej osoby jest możliwy na podstawie podpisanego oświadczenia tej osoby oraz kserokopii dowodu osobistego zgłoszonego zawodnika. Dodatkowo należy przedstawić oświadczenie o stanie zdrowia podpisane przez Uczestnika Biegu. **Formularz do pobrania.**

17. Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu lub jego przerwania bez podania powodów. Jednocześnie informujemy że bieg odbędzie się bez względu na panujące warunki atmosferyczne.

## **VI. KLASYFIKACJE**

1. W Biegach prowadzone będą następujące klasyfikacje:

a. **Klasyfikacja generalna** mężczyzn i klasyfikacja generalna kobiet – na wszystkich dystansach.

b. **Klasyfikacje wiekowe**

- ❖ na dystansie 1 km prowadzona będzie klasyfikacja chłopców i dziewcząt

- ❖ w biegu 3,5 km będzie prowadzona klasyfikacja kobiet i mężczyzn w wieku 2006 -2004 oraz klasyfikacja generalna wśród kobiet i mężczyzn.
- ❖ w biegu na dystansie 10 km biegu ulicznego i 13 km biegu terenowego:
  - K-16, M-16 (rocznik 2003 – 1990)
  - K-30, M-30 (rocznik 1989 – 1980)
  - K-40, M-40 (rocznik 1979 – 1970)
  - K-50, M-50 (rocznik 1969 i starsi)

Przy klasyfikacji wiekowej decyduje rok urodzenia.

### c. Klasyfikacja na najmłodszego i najstarszego uczestnika.

2. Dodatkowa klasyfikacja: **Najszybszy Mieszkaniec Gminy Pleśna i Najszybsza Mieszkanka Gminy Pleśna** w biegu głównym na dystansie 10 km biegu ulicznego. Wyłonione zostaną osoby, które w tej klasyfikacji zajmą I miejsce. Warunkiem klasyfikacji jest zameldowanie w gminie Pleśna wg dokumentu tożsamości.

3. Wszelkie klasyfikacje prowadzone będą wg. indywidualnych czasów netto liczonych od momentu przekroczenia linii startu do przekroczenia linii mety za wyjątkiem pierwszych 50-ciu zawodników przekraczających linię mety, którzy będą klasyfikowani wg. czasu brutto liczonego od momentu strzału startera.

4. Nordic Walking startuje w formie rekreacyjnej, czyli bez klasyfikacji końcowej.

## VII. NAGRODY

1. Każdy z zawodników, który ukończy Bieg otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

2. Każdy uczestnik będzie brał udział w losowaniu wielu cennych nagród rzeczowych. Warunkiem jest uzupełnienie losu, wrzucenie go do odpowiedniej skrzynki z losami oraz obecność podczas losowania.

Będą znajdowały się dwie skrzynki z losami dla młodszych i dla starszych.

3. Zwycięzcy klasyfikacji generalnych kobiet i mężczyzn biegu głównego na **dystansie 3,5 km, 10 km bieg uliczny oraz 13 km bieg terenowy** za zajęcie miejsc **I-III** zostaną uhonorowani statuetkami.

4. Przewidziane są nagrody finansowe dla pierwszej trójki w biegu terenowym 13 km oraz na 10 km. Nagrody dotyczą klasyfikacji generalnej osobno dla kobiet i osobno dla mężczyzn i wynoszą kolejno:

1 miejsce – 300 zł

2 miejsce – 200 zł

3 miejsce – 100 zł

5. W klasyfikacji Najszybszy Mieszkaniec Gminy Pleśna i Najszybsza Mieszkanka Gminy Pleśna w biegu głównym na 10 km bieg uliczny zdobywcy I miejsc zostaną uhonorowani statuetkami lub nagrodami rzeczowymi.

6. Organizator zastrzega sobie prawo do ufundowania dodatkowych nagród w wybranych przez siebie kategoriach i klasyfikacjach oraz do stworzenia dodatkowych klasyfikacji.

## **VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Podczas biegów wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek sportowych. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja (obcinanie, zaginanie, itp.) jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.

2. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę biegu.

3. Ze względów bezpieczeństwa w Biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na rowerach, wrotkach, rolkach, deskorolkach itp. oraz biegnących ze zwierzętami. Zabrania się wnoszenia na trasę biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych Uczestników. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.

4. Zawodnicy skracający trasę Biegu zostaną zdyskwalifikowani.

5. Depozyty ubraniowe: zawodnicy mogą otrzymać worek oznaczony numerem startowym, umożliwiający zdeponowanie rzeczy w specjalnie wyznaczonym miejscu. Worek z depozytu można będzie odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę. Uwaga: osoby pozostawiające w depozycie przedmioty wartościowe oraz dokumenty robią to na własną odpowiedzialność, Organizator nie ponosi za nie odpowiedzialności.

6. Przed i po biegu zawodnicy będą mieli możliwość skorzystania z przebieralni.

7. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec Uczestników Biegu. Jednocześnie informuje, iż nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w Biegu.

8. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.

9. Decyzje lekarzy dotyczące dopuszczenia lub kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.

10. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w Biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
11. Uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w Biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w Biegu.
12. Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.
13. Zawodnik na mecie bez numeru startowego i elektronicznego chipa do pomiaru czasu, nie będzie sklasyfikowany.
14. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w Regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora. O zmianach w Regulaminie Organizator będzie informował na stronie internetowej Biegu.