

# REGULAMIN EKO-BIEGU WIOSNY w SŁUPNIE

## 1. ORGANIZATOR:

- 1) Organizatorem jest Gminny Ośrodek Kultury Słupno z/s w Cekanowie, ul. Królewska 26A, 09-472 Cekanowo
- 2) Współorganizatorzy:
  - Urząd Gminy Słupno
  - TKKF Wiślanie Słupno
- 3) Biuro zawodów znajduje się w budynku Gminnego Ośrodka Kultury Słupno z/s w Cekanowie

## 2. CEL IMPREZY:

- promocja aktywności fizycznej, zdrowego stylu życia oraz zdrowego żywienia,
- popularyzacja biegów masowych,
- integracja społeczności lokalnej,
- upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu na powietrzu,
- upowszechnianie walorów przyrodniczych oraz zasobów naturalnych terenów zielonych gminy Słupno,
- promowanie działań proekologicznych,
- kształtowanie postaw prozdrowotnych.

## 3. TERMIN I MIEJSCE:

- 1) Biegi odbędą się 18 maja 2019r. godz. 15.00 w Cekanowie przy budynku GOK Słupno
- 2) Uczestnicy biegu mają do wyboru trzy dystanse:
  - 10 km OPEN dla kobiet i mężczyzn
  - 3 km OPEN dla kobiet i mężczyzn
  - 300 m BIEG JUNIORA
- 3) Start i Meta biegów: przy budynku Gminnego Ośrodka Kultury Słupno z/s w Cekanowie
- 4) Trasa biegu: szosowo-przełajowa ( 80% trasa o nawierzchni asfaltowej oraz 20% trasa o nawierzchni gruntowej) – mapa trasy: załącznik nr 1 i załącznik nr 2 do regulaminu

## 4. ZGŁOSZENIA I OPŁATY:

- 1) Warunkiem uczestnictwa w Biegu na 10 km oraz 3 km jest dokonanie rejestracji elektronicznej na stronie: [www.zapisyonline.com](http://www.zapisyonline.com) do dnia 16.05.2019r. do godz. 23.59 lub w dniu zawodów w biurze organizatora w godz. od 13.30 do 14.30.
- 2) Opłacenie pakietu startowego przelewem do dnia 16.05.2019r do godz. 23.59 lub gotówką w dniu zawodów oraz podpisanie deklaracji uczestnictwa podczas odbioru pakietu.
- 3) Wypełnienie deklaracji uczestnictwa i dokonanie opłaty rejestracyjnej, o której mowa jest jednoznacznie z akceptacją niniejszego Regulaminu.
- 4) Rejestracje elektroniczne przyjmowane są od 15 kwietnia 2019r do 16 maja 2019r.
- 5) Organizator zapewnia pakiet startowy
- 6) Na liście startowej widoczne są osoby, które dokonały rejestracji

- 7) Odbiór pakietów startowych będzie możliwy w dniu 18 maja 2019r. w biurze zawodów w godzinach od 13.30 do 14.30, po okazaniu dokumentu tożsamości oraz podpisaniu formularza zgłoszeniowego.
- 8) Przepisanie numeru startowego na inną osobę nie będzie możliwe.
- 9) Opłata startowa obowiązuje za udział w biegu na 3km i 10km
- 10) Płatność do dnia 18 maja 2019r do godz. 14.30 w wysokości:
  - 20 zł dla osób powyżej 18 lat
  - 10zł dla osób od 10 do 18 lat
- 11) Dzieci do 10 roku życia zwolnione są z opłaty startowej
- 12) Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi
- 13) Organizator informuje, że osoby, które zgłoszą się do biegu w dniu imprezy mogą nie otrzymać pakietu startowego.

## **5. UCZESTNICTWO:**

- 1) Prawo uczestnictwa w biegach na dystansach:
  - 300m mają dzieci do 10 r. ż.
  - 3 km mają dorośli, dzieci i młodzież do 16 r.ż.
  - 10km mają dorośli i młodzież powyżej 16 r. ż.
- 2) Warunkiem uczestnictwa w biegach jest:
  - wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie internetowej: [www.zapisyonline.com](http://www.zapisyonline.com) (dot. biegu o dystansie 3km i 10km),
  - wypełnienie formularza zgłoszeniowego w dniu zawodów
  - wyrażenie zgody na przestrzeganie niniejszego Regulaminu
  - osoby niepełnoletnie zobowiązane są do przedstawienia „Zgody do udziału w Biegu” podpisanej przez rodzica lub prawnego opiekuna podczas odbioru pakietu startowego w dniu zawodów.
  - podpisując deklarację uczestnictwa Uczestnik godzi się na publikację swojego wizerunku oraz zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwi mu udział w zawodach. Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu chorób, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem Uczestnika w imprezie, oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności
- 3) W pakiecie startowym biegu uczestnicy otrzymują m.in. numer startowy i wodę oraz talon na posiłek regeneracyjny
- 4) pomiar czasu dokonywany będzie za pomocą chipów umieszczonych w numerku startowym. Numerek należy umieścić na wysokości klatki piersiowej. Brak chipa podczas biegu skutkować będzie dyskwalifikacją.
- 5) Zawodnicy na mecie nie posiadający elektronicznego chipa do pomiaru czasu, nie będą sklasyfikowani.

## **6. KLASYFIKACJE I NAGRODY:**

- 1) Podstawą ustalenia klasyfikacji generalnej biegów 3km i 10km będą uzyskane wyniki według elektronicznego pomiaru czasu brutto.
- 2) Prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- **Open 10km** – dla kobiet: pierwsze, drugie i trzecie miejsce i dla mężczyzn: pierwsze, drugie i trzecie miejsce
- Nagroda dla pierwszej kobiety z gminy Słupno, która przekroczyła linię mety
- Nagroda dla pierwszego mężczyzny z gminy Słupno, który przekroczył linię mety
- **Open 3 km** – dla kobiet: pierwsze, drugie i trzecie miejsce i dla mężczyzn: pierwsze, drugie i trzecie miejsce
- Nagroda dla pierwszej kobiety z gminy Słupno, która przekroczyła linię mety
- Nagroda dla pierwszego mężczyzny z gminy Słupno, który przekroczył linię mety
- **Kategorie wiekowe:** najstarszy i najmłodszy uczestnik biegu
- **Bieg Juniora**- dla wszystkich uczestników do 10 roku życia.

3) Spośród wszystkich uczestników, którzy ukończą bieg rozlosowane zostaną nagrody rzeczowe

## 7. PROGRAM IMPREZY:

- 13.30-14.30 – zapisy uczestników, uiszczenie opłat, odbiór pakietów startowych
- 14.50 – rozgrzewka zawodników
- 15.00 – start Biegu o dystansie 10km
- 15.15 – start Biegu o dystansie 3 km
- 15.30 – start Biegu Juniora
- ok. 16.30 – przewidywane zakończenie biegów
- 16.45 – koronacja zwycięzców oraz losowanie nagród
- 17.00 – Piknik ekologiczny połączony z atrakcjami dla dzieci, konkursy i zabawy ekologiczne, stoiska ekologiczne, stoiska ze zdrową żywnością, grill, muzyka
- 17.30 – wspólne sadzenie drzewek, krzewów i kwiatów ozdobnych
- ok. 20.00 – zakończenie imprezy

## 8. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- 1) Opłata rejestracyjna i koszt zakupionego pakietu startowego są bezzwrotne.
- 2) Wszelkie protesty i zażalenia dotyczące kolejności Uczestników należy zgłaszać do organizatorów, a jego decyzje są ostateczne i nieodwołalne.

## MAPA BIEGU O DYSTANSIE 10KM



## MAPA BIEGU O DYSTANSIE 3KM

