

REGULAMIN

III STAROPOLSKI BIEG ORAZ MARSZ NORDIC WALKING „ŻYJ ZDROWO”

1. ORGANIZATOR:

- Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

kontakt: e-mail: gokis11@wp.pl ; tel. 55 271 35 10 (w godz. 12-17)

2. WSPÓŁORGANIZATOR:

- Szkoła Podstawowa w Starym Polu

3. CEL:

- Promocja gminy Stare Pole oraz uczestnictwo w imprezach masowych.
- Rozpowszechnianie biegów ulicznych i sportu masowego.
- Propagowanie aktywnych form wypoczynku i uczestnictwa w zamierzeniach sportu powszechnego.
- Upowszechnienie biegania i marszu, jako najprostszej formy ruchu.
- Popularyzacja biegania jako najbardziej dostępnej formy rekreacji wśród wszystkich grup wiekowych.
- Promocja aktywności fizycznej wśród mieszkańców gminy Stare Pole.

4. PATRONAT HONOROWY:

- **Marek SZCZYPIOR** – Wójt Gminy Stare Pole

5. KOMITET HONOROWY

- **Mirosław CZAPLA** – Starosta Powiatu Malborskiego
- **bryg. mgr Mariusz DZIECIĄTEK** – Komendant Powiatowy PSP w Malborku
- **mł. insp. Michał ZAPOLSKI** – Komendant Powiatowy Policji w Malborku
- **mjr Dariusz GOCEK** – p.o. Komendant Placówki Straży Granicznej w Elblągu
- **plk pil. mgr inż. Mirosław ZIMA** – Dowódca 22. Bazy Lotnictwa Taktycznego w Malborku

6. PATRONAT MEDIALNY

- TV Malbork
- Radio Malbork
- Dziennik Bałtycki
- Gazeta Malborska
- Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

7. TERMIN I MIESIĄCE:

- 12 maja 2018 roku w Starym Polu, start godz. 12:00
- Start oraz meta biegu i marszu: Stadion sportowo – rekreacyjny ul. Bema 6
- Trasa biegu i marszu: - ta sama co bieg
- Trasa będzie posiadała oznaczony każdy kilometr
- Zapisy do biegu i marszu do dnia 26 kwietnia 2018 roku

Limit czasu:

- Limit czasu dla biegu i marszu wynosi 1,5 h (słownie: jedna godzina i 30 minut).
- Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy i zdjęcia numerku.
- Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowne do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.

Punkty medyczne – na trasie biegu będą usytuowane stanowiska ratowników medycznych. Organizator zapewnia lekarza, punkt medyczny i karetkę na mecie biegów.

8. ZASADY UCZESTNICTWA:

- W biegu głównym na dystansie 5 km może wziąć udział każda osoba, która najpóźniej w dniu rozgrywania imprezy ukończy 16 lat.
- W Nordic Walking wszystkie roczniki pod warunkiem opieki osoby pełnoletniej.
- Zawodnicy dokonujący rejestracji i startujący w zawodach oświadczają, że biorą w nich udział na własną odpowiedzialność.
- **UWAGA!** Limit uczestników w biegu i marszu wynosi – brak limitu!
- Wszyscy zawodnicy startujący w biegu oraz marszu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów, które będzie się mieścić na stadionie sportowym w Starym Polu.
- Biuro będzie czynne: w sobotę 12 maja 2018r. w godzinach 08:00 – 11:00.
- Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku.
- Organizator zwraca uwagę uczestnikom biegu i marszu na wielość niebezpieczeństw i zagrożeń wynikających z uczestnictwa w imprezie sportowej, związanych z dużym wysiłkiem fizycznym, które mogą polegać m.in. na ryzyku utraty życia i zdrowia. Organizator zaleca przed rozpoczęciem przygotowań do biegu oraz w ich trakcie dokonanie stosownych badań medycznych lub

konsultacji lekarskiej, w zależności od wieku oraz kondycji fizycznej uczestnika.

Akceptując niniejszy regulamin, uczestnik oświadcza, że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych/lekarskich do udziału w biegu i marszu.

- Warunkiem dopuszczenia do biegu i marszu będzie przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w przedmiotowym biegu lub złożenie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu podpisanego własnoręcznie (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegółowych zasad i warunków prowadzenia działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej Dz. U. Nr 101 poz. 1095 z dn. 12.09.2001).
- Decyzje lekarskie dotyczące dopuszczenia do biegu oraz marszu i jego kontynuowania są ostateczne i nieodwołalne.
- Uczestnicy imprezy biorą udział w biegu i marszu na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i marszu i jest zobowiązany do jego przestrzegania.
- Pobranie numeru startowego i podpisanie oświadczenia przez zawodnika jest równoważne z akceptacją regulaminu biegu i marszu.
- W dniu biegu będzie czynny magazyn depozytów, gdzie będzie można złożyć rzeczy osobiste zawodników zapakowane do worów dostarczonych przez organizatora. **Magazyn będzie czynny w godzinach 08:00 – 15:00.** Wydawanie worków z depozytu będzie się odbywało za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę.
- Zawodnicy będą mieć możliwość bezpłatnego korzystania z umywalni i toalet znajdujących się na stadionie sportowym, oraz przy hali sportowej Szkoły Podstawowej w Starym Polu.

9. PROGRAM IMPREZY:

PROGRAM MINUTOWY DLA BIEGU GŁÓWNEGO:

08: 00 – 11: 00 – Otwarcie biura zawodów

11: 30 – Wspólna rozgrzewka z Justyną BRALEWSKĄ

11: 50 – Uroczyste otwarcie przez Marka SZCZYPIORA - Wójta Gminy Stare Pole

12: 00 **Start Biegu Głównego**, w pierwszej kolejności startują biegacze, a tuż za

nimi osoby maszerujące, każda forma pokonania jest możliwa: bieg, marsz Nordic Walking.

13: 30 – Zakończenie regulaminowe biegu i marszu.

Piętnaście minut po przekroczeniu przez ostatniego zawodnika linii mety, odbędzie się ceremonia dekoracyjna i zakończenie imprezy.

10. OPŁATA STARTOWA:

- Opłata startowa za udział w biegu i marszu wynosi **30 PLN**
- Opłata startowa za udział w biegu i marszu w dniu imprezy wynosi **50 PLN**
- Opłata startowa dla mieszkańców gminy wynosi **20 PLN**

W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w biegu i marszu opłata startowa nie podlega zwrotowi, nie ma możliwości przeniesienia jej na inną osobę.

- Opłatę należy uiścić na konto:

• **Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu B.S.**

Malbork o/Stare Pole 93 8303 0006 0040 0400 0521 0002

z dopiskiem – „Opłata startowa za BIEG lub MARSZ, imię i nazwisko”

- W przypadku opłat startowych wniesionych na konto organizatora po 26.04.2018r. konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w Biurze Zawodów dowodu wpłaty w formie wydruku oraz wcześniejsze przesłanie na adres mailowy potwierdzenia wpłaty na konto.
- Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę uczestników na jednym blankiecie wpłaty (jednym przelewie). W tym wypadku w dopisku (w tytule przelewu) należy wpisać „opłata grupowa” oraz Imiona i Nazwiska wszystkich osób zgłaszanych do biegu.
- W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu głównego otrzymuje:
 - numer startowy wraz z czterema agrałkami;
 - posiłek regeneracyjny;
 - unikatowy medal na mecie;
 - szansę na atrakcyjną nagrodę w losowaniu po ceremonii dekoracyjnej (aby otrzymać nagrodę, osoba wylosowana musi odebrać ją osobiście).

11. KLASYFIKACJA BIEGU:

UWAGA: O zaliczeniu zawodnika do odpowiedniej kategorii wiekowej, decyduje rok urodzenia, a nie dokładna data urodzenia.

• **Klasyfikacja w kategorii wiekowej kobiet:**

KAT. ROCZNIK: MIEJSCA:

K-16/30 Roczniki 2002-1988 1-3

K-31/40 Roczniki 1987-1978 1-3

K-41/50 Roczniki 1977-1968 1-3

K-51 Roczniki 1967 i starsze 1-3

• **Klasyfikacja w kategoriach wiekowych mężczyzn:**

KAT. ROCZNIK: MIEJSCA:

M-16/30 Roczniki 2002-1988 1-3

M-31/40 Roczniki 1987-1978 1-3

M-41/50 Roczniki 1977-1968 1-3

M-51/60 Roczniki 1967-1958 1-3

M-61 Roczniki 1957 i starsi 1-3

• **Klasyfikacja Nordic Walking (open):**

KAT: MIEJSCA:

K 1-7

M 1-7

12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Wszystkich uczestników obowiązuje niniejszy regulamin.
- Pomiar czasu zostanie przeprowadzony za pomocą chipów.
- Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, pod karą dyskwalifikacji.
- Każdy uczestnik biegu i marszu jest zobowiązany do zapoznania się z mapą przebiegu trasy.
- Organizator zapewnia doraźną opiekę medyczną na trasie i mecie biegu i marszu.
- Organizator zapewnia szatnie z natryskami.
- Organizator zapewnia depozyt.
- Uczestnicy zawodów nie są ubezpieczeni od nieszczęśliwych wypadków.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione w trakcie imprezy.
- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.
- W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga organizator.

Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury i Sportu w Starym Polu