

REGULAMIN MIĘDZYSZKOLNEGO BIEGU

„CROSS- podejmij wyzwanie”

Szkoła Podstawowa nr 10 Suwałki 12.05.2019r.

I OGÓLNE INFORMACJE

1. Zawody są przeznaczone dla uczniów szkół podstawowych i gimnazjalnych.
2. Organizatorzy:
Szkoła Podstawowa nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi w Suwałkach w ramach projektu Urzędu Miasta Suwałki „Rozwijam swoje pasje” pt. „Pozytywny zastrzyk energii- podejmij wyzwanie”.
3. Współorganizatorem jest Gmina Suwałki, Fundacja Kierunek Ultra, Folwark Hutta.
4. Z terenu Miasta Suwałki przewidziany jest transport dla uczestników biegu, wystarczy w zgłoszeniu zaznaczyć chęć skorzystania z oferowanego transportu (autokar, wyjazd o godz. 8:30 ze Szkoły Podstawowej nr 10)

II CELE:

1. Popularyzacja biegania oraz czynnego wypoczynku rodzinnego.
2. Integracja środowiska biegowego z Miasta Suwałki i Gminy Suwałki.
3. Promocja i popularyzacja walorów przyrodniczych WPN.
4. Propagowanie zdrowego trybu życia.
5. Zwiększenie świadomości pro zdrowotnej.
6. Promocja Gminy Suwałki jako miejsca przyjaznego dla biegaczy.
7. Kształtowanie wśród uczniów umiejętności spędzania czasu wolnego.
8. Integracja ze środowiskiem lokalnym.
9. Wzmocnienie poczucia własnej wartości.

III TERMIN I MIEJSCE BIEGÓW

Zawody „Cross- podejmij wyzwanie” składają się z 3 (trzech) biegów w następujących godzinach:

- godzina 10:30 dystans ok. 10km
- godzina 11:15 dystans ok. 5 km (dwie kategorie wiekowe)

Start i meta zorganizowane będą na terenie Folwarku Hutta , Huta 7 Suwałki. Start z Folwarku będzie miał charakter honorowy. Start ostry będzie miał miejsce w oznakowanym miejscu na skraju WPN w odległości ok. 650 m od Folwarku. Start honorowy i przebycie odcinka na start ostry będzie miało charakter wspólnego, spokojnego truchtu lewą stroną drogi zgodnie z

przepisami ruchu drogowego przy nieograniczonym ruchu drogowym. Start ostry nastąpi na znak organizatorów.

IV TRASA

Trasa ma charakter trailowy i prowadzi drogami, duktami i ścieżkami leśnymi. Trasa zostanie oznakowana taśmami z logiem współorganizatora (Fundacji Kierunek Ultra), tabliczkami kierunkowymi. W punktach mogących stanowić trudność dla biegaczy, drogę wskazywać będą wolontariusze. Na odcinku prowadzącym drogą publiczną zawodników obowiązują zasady ruchu drogowego.

V SZCZEGÓŁOWY PROGRAM ZAWODÓW

- 9:00 – otwarcie biura zawodów
- 9:00 – 10:00 -przyjazd uczestników
- 10:10 - zbiórka uczestników, wspólna rozgrzewka, wymarsz na miejsce startu zawodników (dystans ok. 10km),
- 10:30 – start biegu na dystansie ok. 10 km,
- 10:50 - zbiórka uczestników, wspólna rozgrzewka, wymarsz na miejsce startu zawodników na dystans ok. 5 km
- 11:15- start biegów na dystansie ok.5 km
- 12:30 - orientacyjny czas ostatniego zawodnika
- 13:30 - ceremonia wręczenia nagród
- od 11:30 – ognisko (kiełbaski, słodki poczęstunek)
- ok. 15:00- koniec ceremonii wręczania nagród, zakończenie imprezy

VI KLASYFIKACJE

1. Zawodnicy będą klasyfikowani na podstawie czasu na mecie. Pomiar będzie miał charakter ręczny przy pomocy stoperów sportowych.
 2. Klasyfikacja zawodników na mecie będzie prowadzona osobno dla dziewcząt i chłopców.
 3. O przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia a nie klasa, do której uczęszcza uczeń.
- Bieg ok.10 km - rocznik 2006, 2005, 2004, 2003
 - Bieg ok. 5 km – rocznik 2005, 2004, 2003 (dzieci starsze)
 - Bieg ok. 5 km – rocznik 2008, 2007, 2006 (dzieci młodsze)

VII NAGRODY I WYRÓŻNIENIA

1. Po każdym biegu 3 najlepsze dziewczęta i 3 najlepszych chłopców zostanie wyróżnionych nagrodami.

2. Nagrody są w postaci bonów do zrealizowania w określonym sklepie.

Zdobywcy miejsc w klasyfikacji Generalnej w kategorii Dziewcząt i Chłopców otrzymają nagrodę w wysokości:

Bieg ok. 10 km:

I miejsce 200 zł

II miejsce 150 zł

III miejsce 100 zł

Bieg ok. 5 km (dzieci młodsze):

I miejsce 100 zł

II miejsce 75 zł

III miejsce 50 zł

Bieg ok. 5 km (dzieci starsze):

I miejsce 100 zł

II miejsce 75 zł

III miejsce 50 zł

3. Każdy zawodnik, który ukończy bieg, otrzyma pamiątkowy medal.

4. W Klasyfikacji Generalnej zwycięzcy w kategorii Dziewcząt i Chłopców otrzymają pamiątkowy puchar.

5. Inne formy nagród i wyróżnień będą zależą od hojności sponsorów.

VIII ZGŁOSZENIA

1. Zawody są organizowane w kategoriach: szkoły podstawowe (kl. IV-VIII) i szkoły gimnazjalne (kl. III).

2. Prawo do startu w biegach mają małoletni, którzy w dniu rozpoczęcia biegu mają ukończone co najmniej 10 lat i nie więcej niż 16 lat.

3. Uczestnicy zawodów startują w swojej kategorii.

4. Zapisy uczestników można dokonywać:

- on line, poprzez stronę zapisów w serwisie Elektroniczne zapisy pod tym linkiem:

<https://elektronicznezapisy.pl/event/3662.html>

- indywidualnie na adres e-mail: joannakk@op.pl wpisując w tytuł wiadomości „Cross-

podejmij wyzwanie” do dnia 10.04.2019r. Wiadomość powinna zawierać imię i nazwisko

dziecka, wiek/datę urodzenia, nazwę szkoły do której dziecko uczęszcza, telefon kontaktowy do opiekuna lub rodzica/ opiekuna prawnego.

- za pomocą imiennych list uczestników przesyłając na adres organizatora zawodów:

Szkoła Podstawowa nr 10 z Oddziałami Integracyjnymi

ul. Antoniewicza 5

16-400 Suwałki

z dopiskiem: „Cross- podejmij wyzwanie”

lub dostarczyć osobiście do dnia 10.04.2019r. (załącznik 1).

5. Zapisy mają charakter otwarty.

6. Uczestnicy nieletni przy weryfikacji muszą pojawić się z opiekunem prawnym, który podpisuje zgodę na start oraz oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do startu zawodnika (załącznik 2). Bieg wiąże się ze zwiększonym wysiłkiem fizycznym i stanowi ryzyko odniesienia kontuzji lub wypadku. Brak podpisu pod oświadczeniem jest równoznaczny z brakiem możliwości uczestnictwa w zawodach.

7. Warunkiem uczestnictwa jest terminowe zgłoszenie chęci udziału w zawodach.

8. Zawody są bezpłatne.

9. Podstawą otrzymania numeru na starcie jest okazanie dowodu tożsamości/ legitymacji szkolnej przed biegiem w Biurze Zawodów.

10. W dniu biegu możliwość zapisu będzie uzależniona od ilości osób zapisanych.

11. Wypełnienie zgody na udział w biegu jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.

IX BIURO ZAWODÓW

1. Biuro Zawodów znajdować będzie się na terenie Folwarku Hutta.

2. W Biurze Zawodów uczestnicy otrzymają numer startowy i agrałki.

3. Forma poczęstunku/ogniska integracyjnego jest przewidziana dla uczestników, opiekunów prawnych i kibiców.

4. Zawodnicy będą mieli możliwość zostawienia własnych rzeczy w Depozycie w workach od Organizatorów, oznaczonych numerem.

5. Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za rzeczy wartościowe pozostawione przez Zawodników w Depozycie.

X POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Uczestnicy zobowiązani są do wykonywania poleceń organizatorów i wolontariuszy w związku z przebiegiem Zawodów.
2. W wyjątkowych okolicznościach Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany terminu Zawodów.
3. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem, ostateczna decyzja należy do Organizatorów.
4. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w Regulaminie i ostatecznej interpretacji tegoż.

UWAGA:

Udział w zawodach traktuje się jako zgodę na publikację wyników (imię i nazwisko, nazwę szkoły, wyniki biegu) oraz zdjęć na stronie internetowej szkoły, oraz mediach (telewizja internetowa, radio, gazety, magazyny, strony internetowe na potrzeby reklamowe i promocyjne).

Informacji w sprawie zawodów udziela:

Joanna Karczevska, e-mail: joannakk@op.pl, tel. 503006642

Anna Grygoruk, e-mail: an.grygoruk18@gmail.com, tel. 503142097

Załącznik 1

KARTA ZGŁOSZENIA

MIĘDZYSZKOLNE ZAWODY

„CROSS- PODEJMIJ WYZWANIE”

Nazwa szkoły:

Adres szkoły:

Telefon szkoły :

E – MAIL :

Zgłaszam udział w zawodach uczniów:

....., klasa

....., klasa

....., klasa

....., klasa

....., klasa

.....

(podpis Dyrektora Szkoły)

Imię i nazwisko nauczyciela zgłaszającego uczniów do zawodów:

.....

Telefon kontaktowy

E – MAIL

.....

(podpis nauczyciela)

Załącznik 2

.....

imię i nazwisko rodzica/opiekuna

.....

miejsceowość, data

.....

adres

.....

tel. kontaktowy

.....

PESEL dziecka

**Pisemna zgoda rodziców na uczestnictwo dziecka
w międzyszkolnych zawodach „Cross- podejmij wyzwanie”**

Wyrażam zgodę na uczestnictwo mojego syna/córki

.....

.....(data i miejsce

urodzenia)

w biegu przełajowym „Cross- podejmij wyzwanie” na terenie Folwarku Hutta, Huta 7 Suwałki w dniu 12 maja 2019 r. w godzinach 9:00- 15:00. Jednocześnie oświadczam, że stan zdrowia mego dziecka pozwala na udział w biegu i nie ma jakichkolwiek przeciwwskazań lekarskich.

Zgłoszenie do udziału w Biegu jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych (imię, nazwisko, data urodzenia, miejsce zamieszkania) oraz na rozpowszechnianie wizerunku (dokumentacja fotograficzna) na potrzeby Szkoły Podstawowej nr 10.

.....

Czytelny podpis (imię i nazwisko) rodzica/opiekuna prawnego

