



## REGULAMIN

### IV TRENING MIKOŁAJKOWY 2020 - „Puchar Grand Prix Zwierzynca”

Aktualizacja 25.11.2020 r.

#### I. ORGANIZATOR I PATRONAT

1. Organizatorem biegu jest Stowarzyszenie Klub Biegowy BiegoStok
2. Partnerzy:  
Konsul Honorowy Finlandii w Białymstoku  
Dr Tusz  
Grupa Szalonych Rowerzystów

#### II. CEL

1. Upowszechnianie kultury fizycznej w połączeniu z realizacją profilaktyki przeciwalkoholowej.
2. Popularyzacja biegania oraz czynnego wypoczynku rodzinnego
3. Promocja całorocznej aktywności fizycznej na świeżym powietrzu
4. Ukazanie walorów przyrodniczych Parku oraz Lasu Zwierzynieckiego.

#### III. TERMIN I MIEJSCE

1. **MIEJSCE:** Stadion Lekkoatletyczny, ul. 11 Listopada 28
2. **DATA:** 20.12.2020 r.

##### TRENING DZIECI (starty interwałowe)

- godz. 10.30 - trening dzieci 100 m (2018-2014) - 7 osób w sektorze
- godz. 10.50 - trening dzieci 200 m (2013-2011) - 7 osób w sektorze
- godz. 11.00 - trening dzieci 400 m (2010-2004) - 7 osób w sektorze

*W zależności od ilości trenujących w danej kategorii wiekowej start kolejnych roczników może ulec kilkuminutowemu przesunięciu.*

##### TRENING NA DYSTANSIE 5 km (starty interwałowe w sektorach do 15-tu zawodników)

- SEKTOR 1 - godz. 11.20
- SEKTOR 2 - godz. 12.00
- SEKTOR 3 - godz. 12.40
- SEKTOR 4 - godz. 13.20
- SEKTOR 5 - godz. 14.00
- SEKTOR 6 - godz. 14.40

Zawodnicy będą przypisywani kolejno od sektora 1 do sektora 6 *według kolejności zgłoszeń*. W uwagach prosimy również o *podanie sugerowanej godziny startu*. Istnieje możliwość przypisania do wybranego sektora o ile pozwolą względy organizacyjne.

## IV. TRASA

- TRENING DZIECI** (starty interwałowe)
  - trening dzieci 100 m (2018-2014) - 7 osób w sektorze
  - trening dzieci 200 m (2013-2011) - 7 osób w sektorze
  - trening dzieci 400 m (2010-2004) - 7 osób w sektorze
- TRENING NA DYSTANSIE 5 km**
  - 12,5 okrążeń Stadionu
  - starty interwałowe w sektorach do 15-tu zawodników

## V. OPŁATA I PAKIETY

- DYSTANSIE 5 KM:
  - 40 zł w terminie do 16.12.2020 r.
  - W pakiecie: medal, BUFF, czapka Mikołaja, numer startowy z chipem, woda, coś słodkiego ;)*
- TRENING DLA DZIECI:
  - 20 zł w terminie do 16.12.2020 r.
  - W pakiecie: medal, BUFF lub MASECZKA z grafiką biegu, czapka mikołaja, numer startowy, upominek*

## VI. LIMIT UCZESTNIKÓW

- Bieg na dystansie 10 km: 100 zawodników
  - Biegi dla dzieci: 150 zawodników
- Organizator zastrzega pulę miejsc na partnerów i sponsorów biegu.*

## VII. REJESTRACJA

- Zgłoszenia można dokonać wyłącznie poprzez system rejestracji <https://elektronicznezapisy.pl>
- Warunkiem uczestnictwa jest prawidłowe wypełnienie formularza rejestracyjnego oraz wniesienia opłaty startowej.
- Rejestracja bez dokonania wpłaty lub płatność standardowym przelewem nie gwarantują miejsca na liście startowej. Brak wpłaty w momencie zakończenia rejestracji elektronicznej powoduje automatyczne usunięcie z listy startowej.*
- Opłatę startową należy dokonać podczas procesu rejestracji za pomocą serwisu płatności elektronicznej TPay.*
- W przypadku zmiany sytuacji epidemiologicznej oraz zamknięcia obiektów sportowych bieg zmieni formułę na bieg wirtualny. Wyposażenia pakietu zostanie przekazane zawodnikom w formie stacjonarnej w podanym miejscu i terminie. Wniesiona opłata nie zostaje zwrócona.*
- O miejscu na liście startowej decyduje kolejność wpłat
- Opłata nie jest ważna, jeżeli zawodnik nie dokona zgłoszenia elektronicznie lub jeżeli została dokonana po terminie, w niewłaściwej wysokości lub gdy zostanie wniesiona po wyczerpaniu limitu miejsc.
- Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi, również w przypadku wcześniejszego zakończenia biegu lub braku możliwości wzięcia w nim udziału. Nie ma możliwości przeniesienia raz wniesionej opłaty na innego uczestnika.

9. Organizator zastrzega sobie prawo do wcześniejszego zamknięcia listy startowej, w momencie gdy odnotuje łączną ilość wpłat, równą ustalonemu limitowi uczestników.
10. W dniu zawodów zgłoszenie do biegu będzie możliwe wyłącznie w przypadku posiadania wolnych miejsc na liście startowej.
11. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu otrzymuje numer startowy z chipem, czapkę mikołaja, wodę, medal na mecie, poczęstunek w biurze zawodów.
12. Podstawą odbioru pakietu startowego jest okazanie przez zawodnika dokumentu tożsamości.
13. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani przed biegiem w Biurze Zawodów.
14. W biegu głównym może wziąć udział każdy, kto najpóźniej w dniu startu będzie miał ukończone 16 lat. Zawodnicy niepełnoletni muszą podczas weryfikacji pojawić się z opiekunem prawnym.
15. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność. W związku z tym zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegu oraz, że przyjmuje do wiadomości, iż udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko zagrożeń wypadkami i możliwością odniesienia urazów fizycznych.
16. W przypadku niepodpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych, uczestnik nie zostanie dopuszczony do udziału w biegu.
17. Wypełnienie formularza rejestracyjnego i dokonanie opłaty wpisowej jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.

## **VIII. KLASYFIKACJA I NAGRODY**

### KLASYFIKACJA TRENINGU GŁÓWNEGO

1. Każdy uczestnik będzie sklasyfikowany według czasu.
2. Klasyfikacja będzie prowadzona w kategorii kobiet i mężczyzn.
3. Nagrodzonych zostanie łącznie pięciu najszybszych zawodników w kategorii kobiet i mężczyzn całego treningu. Zwycięzcy sektorów nie są nagradzani.
4. Wyróżnienie za najoryginalniejsze przebranie Mikołaja.
5. Wyróżnienie dla najstarszego zawodnika imprezy.
6. Czas będzie mierzony systemem elektronicznym za pomocą chipów.
7. Każdy zawodnik na mecie otrzyma pamiątkowy medal

### KLASYFIKACJA TRENINGU DLA DZIECI (BIEG MAŁYCH MIKOŁAJÓW)

1. Bieg dla dzieci ma charakter happeningowy bez nagradzania miejsc.
2. Każdy zawodnik na mecie otrzyma pamiątkowy medal

## **IX. LIMIT CZASU**

1. W biegu na 5 km obowiązuje limit czasu wynoszący 40 minut od wystrzału startera.
2. Bieg dla dzieci: bieg o charakterze towarzyskim

## **X. BIURO ZAWODÓW, SZATNIE, DEPOZYT**

1. Biuro Zawodów będzie zlokalizowane na Stadionie Lekkoatletycznym przy ul. 11 Listopada.
2. Zawodnicy będą mieć możliwość skorzystania z przebieralni, toalet oraz pryszniców

3. Zawodnicy zainteresowani depozytem otrzymają worek oznaczony numerem startowym, umożliwiający zdeponowanie rzeczy w 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.
4. Osoby pozostawiające w depozycie przedmioty wartościowe oraz dokumenty czynią to na własną odpowiedzialność. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne zniszczenia lub straty.

## **XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Podczas biegu każdy zawodnik musi posiadać numer startowy starannie przymocowany do przedniej części koszulki.
2. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości, jakiegokolwiek jego modyfikowanie, są zabronione pod karą dyskwalifikacji.
3. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone.
4. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez Obsługę Biegu. W szczególności zabrania się poruszania się po trasie biegu na rowerach, rolnkach oraz innych urządzeniach mechanicznych bez ważnego zezwolenia wydanego przez Organizatora.
5. Po zakończonym biegu na uczestników czekać będzie przygotowana gorąca herbata oraz słodki poczęstunek.
6. Organizator 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 uczestnictwem w biegu.
7. Uczestnicy zobowiązani są do wykonywania poleceń wolontariuszy i służb odpowiedzialnych za obsługę zawodów.
8. W sprawach nieuregulowanych w niniejszym regulaminie, wiążąca i ostateczna decyzja należy do Organizatora
9. W wyjątkowych okolicznościach Organizator zastrzega możliwość zmiany terminu biegów.
10. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.