

REGULAMIN

XII JURAJSKI PUCHAR W NORDIC WALKING

1. CELE IMPREZY:

Popularyzacja Nordic Walking jako aktywności sportowej, pomagającej zachować witalność i zdrowie.

Promocja walorów rekreacyjnych i turystycznych gmin: Janów, Poczesna, Przyrów, Opatów.

2. ORGANIZATOR:

Kabex LKS Podkowa w Janowie

3. WŁADZE PUCHARU: Zarząd Klubu Podkowa Janów

4. INSTYTUCJE WSPIERAJĄCE:

- Starostwo Powiatowe w Częstochowie.
- Gmina Janów.
- Stowarzyszenie Miłośników Sportu EFEKT Częstochowa.
- Gmina Przyrów
- Gmina Opatów

5. TERMINY I MIEJSCA ROZGRYWANIA ZAWODÓW:

01.05.2022r. – Pabianice

(Gmina Janów)

21.05.2022r. – Sieraków

(Gmina Przyrów)

11.06.2022r. – Iwanowice Duże

(Gmina Opatów)

26.06.2022r. – Pabianice

(Gmina Janów)

17.09.2022r. – Złoty Potok

(Gmina Janów)

02.10.2022 r. – Poczesna Zawodzie

6. TRASA I DYSTANS:

Dystans rozgrywania zawodów od 3 do 6 km – w zależności od miejsca rozgrywania.

7. WARUNKI UCZESTNICTWA:

Warunkiem udziału w zawodach jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach lub złożenie własnoręcznego podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w/w zawodach oraz przyjęciu pełnego ryzyka i konsekwencji udziału, na własną odpowiedzialność.

Podpisanie zgłoszenia do zawodów jest równoznaczne z akceptacją regulaminu. W przypadku osób poniżej **18 roku życia**, na start muszą wyrazić zgodę rodzice lub opiekunowie prawni, poprzez złożenie stosownego oświadczenia podpisanego w obecności obsługi biura zawodów.

Wszyscy zawodnicy startujący w zawodach, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości ze zdjęciem (dowód osobisty, legitymację szkolną, paszport lub prawo jazdy) celem kontroli daty urodzenia i obywatelstwa. Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu zawodów. Biuro zawodów Nordic Walking będzie czynne w okolicach startu do zawodów na **1 godzinę** przed zawodami.

8. ZGŁOSZENIA:

Zgłoszenia przyjmowane będą poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie internetowej: www.elektronicznezapisy.pl

Lista opłaconych uczestników będzie aktualizowana co **7 dni**.

W dniu zawodów zgłoszenia przyjmowane są po uiszczeniu opłaty startowej w wysokości 50zł.

Oplata startowa:

Organizator pobiera opłatę startową w wysokości 30 zł, którą trzeba uiścić najpóźniej **4 dni** przed zawodami. Po tym terminie opłata startowa wynosi 50zł. Młodzież do lat 18 - 15 zł. Lista osób, które opłaciły swój udział będzie aktualizowana co **7 dni**.

Opłatę należy przelać na numer rachunku: 42 85910007 5330 0925 4777 0001, z dopiskiem opłata JPNW i miejscowość danego etapu oraz data, Imię Nazwisko. Osoby zapisane powyżej limitu zawodników ustalonego przez organizatorów nie otrzyma pakietu startowego i wyżywienia po zawodach.

9. KLASYFIKACJA:

W zawodach Nordic Walking prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- 1). Kategoria szkoły podstawowe (młodzi-2009).
- 2). Kategoria roczniki 2008 – 2006.
- 3). Kategoria wiekowa kobiet i mężczyzn roczniki 2005 do 1992.
- 4). Kategoria wiekowa kobiet i mężczyzn roczniki 1991 do 1982.
- 5). Kategoria wiekowa kobiet i mężczyzn roczniki 1981 do 1972.
- 6). Kategoria wiekowa kobiet i mężczyzn roczniki 1971 do 1962.
- 7). Kategoria wiekowa kobiet i mężczyzn roczniki 1961 i starsi.
- 8). Open kobiet i mężczyzn.

***Jeśli ktoś jest klasyfikowany w kategorii OPEN, nie jest brany pod uwagę w swojej kategorii wiekowej!!!**

10. PUNKTACJA– osobno kobiety i mężczyźni Do klasyfikacji liczą się wszystkie imprezy!!!!

| L.P | Punktacja |
|-----|-----------|
| 1 | 50 |
| 2 | 48 |
| 3 | 46 |
| 4 | 43 |
| 5 | 41 |
| 6 | 39 |
| 7 | 37 |
| 8 | 35 |
| 9 | 33 |
| 10 | 32 |
| 11 | 31 |
| 12 | 30 |
| 13 | 29 |
| 14 | 28 |

| | |
|----|----|
| 15 | 27 |
| 16 | 26 |
| 17 | 25 |
| 18 | 24 |

| | |
|----|----|
| 19 | 23 |
| 20 | 22 |
| 21 | 21 |

| | |
|---|----|
| 22 | 20 |
| 23 | 19 |
| 24 | 18 |
| 25 | 17 |
| 26 | 16 |
| 27 | 15 |
| 28 | 14 |
| 29 | 13 |
| 30 | 12 |
| 31 | 11 |
| 32 | 10 |
| 33 | 9 |
| 34 | 8 |
| 35 | 7 |
| 36 | 6 |
| 37 | 5 |
| 38 | 4 |
| 39 | 3 |
| 40 | 2 |
| za udział w zawodach i ukończenie ich na niższej pozycji niż 40 | 1 |

11. NAGRODY:

Najlepsza trójka zawodników w każdej kategorii wiekowej oraz kategoria OPEN otrzyma dyplomy a zwycięzcy puchary. W zależności od hojności sponsorów przewiduje się nagrody dla najlepszych trójek lub losowanie wśród wszystkich uczestników. Każdy zawodnik na mecie otrzyma pakiet startowy (woda, wafelek).

12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- 1). Na stronie internetowej <https://podkowa-janow.pl/> oraz **Fb LKS Podkowa Janów** będą dostępne dokładne informacje co do zgłoszeń do zawodów oraz miejsc i dystansów rozgrywania zawodów.
- 2). Zawody odbędą się bez względu na pogodę.
- 3.) Podczas zawodów, zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu na wysokości piersi.
- 4). Każdego zawodnika obowiązuje estetyczny ubiór sportowy.5).
- Uczestnicy zawodów pokonują trasę **marszem z kijkami**.
- 6). Marsz NW jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem.
- 7). Prawidłowość marszu zawodników będzie oceniana przez sędziów.
- 8). Drobne błędy w marszu, powodują ukaranie żółtą kartką – 3 żółte kartki = dyskwalifikacja.9). 1 żółta kartka = 60 sekund do czasu końcowego.
- 10). Rażąco błędy w marszu powodują ukaranie czerwoną kartką automatyczną dyskwalifikację.
- 11). Skracanie trasy = automatyczna dyskwalifikacja.
- 12). Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas zawodów (na starcie, trasie i mecie).13).
- Należy przestrzegać zasad ochrony przyrody i przepisów przeciwpożarowych oraz dbać o porządek w miejscu zawodów.
- 14). Organizatorzy nie ponoszą odpowiedzialności za rzeczy uczestników zawodów zgubione, uszkodzone czy zniszczone.
- 15). Opłata startowa nie podlega zwrotowi.
- 16). Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- 17). Dyrektor Zawodów i sędzia główny mogą wykluczyć z zawodów osobynie przestrzegające regulaminu i ładu sportowego.
- 18). Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora. Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga jury zawodów.

Podpisanie zgłoszenia jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu i wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych oraz wizerunku uczestnika, a także przetwarzanie ich w przekazach radiowych, telewizyjnych, internetowych i drukowanych (imię, nazwisko, data urodzenia, adres, klub, pesel) w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów.

Przypominamy również o zachowaniu wszelkich środków ostrożności jakie są zalecane przez Polskie Instytucje Medyczne. Na miejscu zawodów zostaną umieszczone pojemniki z płynem dezynfekującym do rąk.

**Wszelkie informacje można uzyskać telefonicznie: 600 659 678,
694 897 423 lub poprzez pocztę elektroniczną:
patrykkol1502@gmail.com**