



IV STAROPOLSKI BIEG I MARSZ NORDIC WALKING „ŻYJ ZDROWO”

REGULAMIN

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
- insp. Michał ZAPOLSKI – Komendant Powiatowy Policji w Malborku
- kmdr ppor. Zbigniew LENART – 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
- Gazeta Malborska
- Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

7. TERMIN I MIESIĄCE:

- 11 maja 2019 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 2019 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 (osoby niepełnoletnie pod warunkiem opieki osoby dorosłej).
- 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 11 maja 2019 r. 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

badan medycznych lub konsultacji lekarskiej, w zaleznosci od wieku oraz kondycji fizycznej uczestnika. Akceptujac niniejszy regulamin, uczestnik oswiadcza, ze nie ma zadnych przeciwwskazan zdrowotnych/lekarskich do udzialu w biegu i marszu.

- Warunkiem dopuszczenia do biegu i marszu bedzie przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazan do udzialu w przedmiotowym biegu lub zlozenie oswiadczenia o zdolnosci do udzialu w biegu podpisanego wlasnoręcznie (podstawa prawna: Rozporzadzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegolowych zasad i warunkow prowadzenia dzialalnosci w dziedzinie rekreacji ruchowej Dz. U. Nr 101 poz. 1095 z dn. 12.09.2001).
- Decyzje lekarskie dotyczace dopuszczenia do biegu oraz marszu i jego kontynuowania sa ostateczne i nieodwoalne.
- Uczestnicy imprezy biora udzial w biegu i marszu na wlasna odpowiedzialnosc i wskazane jest ubezpieczenie sie na wlasny koszt od nastęstw nieszczęśliwych wypadkow.
- Kazdy zawodnik ma obowiazek zapoznac sie z regulaminem biegu i marszu i jest zobowiazany do jego przestrzegania.
- Pobranie numeru startowego i podpisanie oswiadczenia przez zawodnika jest rownowazne z akceptacja regulaminu biegu i marszu.
- W dniu biegu bedzie czynny magazyn depozytow, gdzie bedzie mozna zlozyc rzeczy osobiste zawodnikow zapakowane do worow dostarczonych przez organizatora. **Magazyn bedzie czynny w godzinach 08:00 – 15:00.** Wydawanie workow z depozytu bedzie sie odbywalo za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora z odpowiedzialnosci za pobranie worka przez inna osobę.
- Zawodnicy beda miec mozliwosc bezplatnego korzystania z umywalni i toalet znajdujacych sie na stadionie sportowym, oraz przy hali sportowej Szkoły Podstawowej w Starym Polu.

9. PROGRAM IMPREZY:

PROGRAM MINUTOWY DLA BIEGU GLÓWNEGO:

08: 00 – 11: 00 – Otwarcie biura zawodow

11: 30 – Wspolna rozgrzewka z Justyna BRALEWSKA

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

12: 00 **Start Biegu Glownego**, w pierwszej kolejnosci startuja biegacze, a tuz za nimi osoby maszerujace, kazda forma pokonania jest mozliwa: bieg, marsz Nordic Walking.

13: 30 – Zakończenie regulaminowe biegu i marszu.

Piętnascie minut po przekroczeniu przez ostatniego zawodnika linii mety, odbędzie sie ceremonia dekoracyjna i zakonczenie 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 26.04.2019 r. 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 przelewem). 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 agrafkami;
 - 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 Roczniaki 2003-1989 1-3

K-31/40 Roczniaki 1988-1979 1-3

K-41/50 Roczniaki 1978-1969 1-3

K-51 Roczniaki 1968 i starsze 1-3

• Klasyfikacja w kategoriach wiekowych mężczyzn:

KAT. ROCZNIK: MIEJSCA:

M-16/30 Roczniki 2003-1989 1-3

M-31/40 Roczniki 1988-1979 1-3

M-41/50 Roczniki 1978-1969 1-3

M-51/60 Roczniki 1968-1959 1-3

M-61 Roczniki 1958 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.

13. INFORMACJE DODATKOWE:

- Uczestnicy biegu i marszu wyrażają zgodę na fotografowanie i filmowanie oraz na rozpowszechnianie wszelkich utrwalonych w ten sposób materiałów, w określony przez Organizatora sposób.
- Dane osobowe podane przez uczestników będą przetwarzane przez Organizatora w celach związanych z wydarzeniem. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże jest niezbędne do uczestniczenia w imprezie oraz wręczenia nagród. Osobom udostępniającym dane osobowe przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych, ich poprawiania oraz żądanie ich usunięcia.

Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury i Sportu w Starym Polu