

REGULAMIN
„HANDZŁOWSKIE KIJKI”
ZAWODY NORDIC WALKING I BIEG PRZEŁAJOWY

GLÓWNY ORGANIZATOR

- Centrum Kultury Gminy Łańcut
- Luki Team Siedlce
- Stowarzyszenie Działamy Pomagamy Skórzec

PARTNERZY

- Gmina Łańcut
- Sołtys i Rada Sołecka w Handzlówce
- OSP Handzlówka
- 12 WDH Handzlówka
- MarszPoZdrowie.pl
- HKS Grom SZiK Handzlówka
- KGW Handzlówka
- Klub Seniora w Handzlówce

PATRONATY HONOROWE

- Marszałek Województwa Podkarpackiego
- Wójt Gminy Łańcut

CEL IMPREZY

- Promocja zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu.
- Popularyzacja prorodzinnej i międzypokoleniowej aktywności ruchowej jaką jest nordic walking i biegi przełajowe.
- Promocja miejscowości atrakcyjnej turystycznie.
- Edukacja prozdrowotna poprzez standardowe oraz innowacyjne formy aktywności fizycznej.
- Integracja osób w każdym wieku.
- Wyłonienie najlepszych zawodników, klubów oraz szkół.

TERMIN ZAWODÓW

- 13 października 2019 r. (niedziela).
- Biuro zawodów na stadionie sportowym w Handzlówce otwarte będzie od godziny 10.00.
- Program zawodów:
 - 11.45 wspólna rozgrzewka
 - 12.00 rozpoczęcie zawodów
 - 12.05 start biegu przełajowego na 10 km
 - 12.10 start nordic walking na 5 i 10 km
 - 14.00 biegi indywidualne dla uczniów szkół z gminy Łańcut na dystansie 400 i 600 m.

- Biuro zawodów będzie oznakowane i czynne do pół godziny przed startem. Po zamknięciu biura zawodów nie będzie możliwości zapisania się na zawody lub odebrania pakietu startowego.
- Odprawa sędziowska będzie przeprowadzana również do pół godziny przed startem.

DYSTANS ZAWODÓW:

- Nordic walking – około 5 km.
- Nordic walking – około 10 km.
- Bieg przełajowy – około 10 km.

Zawody indywidualne dla dzieci i młodzieży na dystansach 1 i 2 okrążeń stadionu.

KATEGORIE WIEKOWE

- We wszystkich kategoriach prowadzony jest podział na kobiety i mężczyzn.
- Miejsca w kategorii OPEN nie dublują się z miejscami w kategoriach wiekowych.

Na dystansie około 5 km nordic walking:

OPEN,

10 – 18 lat,

19 – 31 lat,

32 – 46 lat,

47 – 62 lat,

63 lat i starsi,

Na dystansie około 10 km nordic walking:

OPEN,

16 – 31 lat,

32 – 46 lat,

47 – 62 lat,

63 lat i starsi,

Na dystansie około 10 km bieg przełajowy:

OPEN,

16 – 40 lat,

41 – 55 lat,

56 – 65 lat,

66 lat i starsi,

- Planowane jest wprowadzenie kategorii dodatkowych w zależności od możliwości organizatora.

UCZESTNICTWO

- By wystartować na dystansie 5 lub 10 km nordic walking trzeba przejść obowiązkową odprawę sędziowską, która polega na sprawdzeniu przez sędziów poprawności posiadanych kijów do nordic walking. Osoby z niewłaściwymi kijami (np. trekkingowymi) będą mogły wypożyczyć kije w wypożyczalni na miejscu.
- W marszu i biegu mogą brać udział osoby bez przeciwwskazań lekarskich do uprawiania sportu wytrzymałościowego. Przed startem obowiązkowe jest podpisanie deklaracji o braku przeciwwskazań do startu w zawodach.

- Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani (z dowodem tożsamości ze zdjęciem) w biurze zawodów.
- Warunkiem sklasyfikowania zawodnika jest dopełnienie formalności w biurze zawodów zgodnie z regulaminem i pokonanie całego dystansu zgodnie z wytyczoną trasą.
- W zawodach można wystartować tylko w jednym marszu lub biegu zgodnie ze zadeklarowanym dystansem.
- Uczestnicy marszu lub biegu na 10 km w dzień imprezy muszą mieć ukończone 16 lat. w marszu na 5 km dopuszcza się młodsze osoby. W obu przypadkach osoby poniżej 18 roku życia muszą posiadać pisemną zgodę opiekunów prawnych na udział w imprezie.
- Obowiązuje zakaz używania słuchawek audio podczas startu na dystansie nordic walking podczas trwania zawodów pod rygorem dyskwalifikacji.

REJESTRACJA I OPŁATY

- Zgłoszenia przyjmowane są drogą elektroniczną, przez formularz dostępny na stronie: www.elektronicznezapisy.pl
- Rejestracja zamykana jest we wtorek 8 października 2019 r. o 23.59. Po tym czasie istnieje możliwość zapisania się tylko bezpośrednio w biurze zawodów w dniu imprezy.
- Kwota opłaty startowej wynosi: osoby dorosłe 30 zł, dzieci i młodzież 10 zł. Opłata dokonywana w biurze zawodów lub po terminie zamknięcia zapisów jest wyższa i wynosi 40 zł dla osób dorosłych, dla dzieci 20 zł.
- Opłata startowa jest opłatą manipulacyjną organizatora i nie podlega zwrotowi.
- Nie ma możliwości przenoszenia raz wniesionej opłaty na rzecz innego zawodnika.

TRASA

- Trasa będzie prowadzić po drogach miękkich, w formie pętli ok 2,5 km.
- Na trasie będą się znajdować punkty odświeżania, wyposażone w wodę.
- Trasa będzie oznaczona specjalnymi znacznikami i taśmą ostrzegawczą.
- W biurze zawodów oraz na stronie www dostępna będzie mapka trasy zawodów.
- Długość trasy liczona jest po najkrótszej linii jaką może pokonać zawodnik, na trasie ustawione będą tabliczki z informacjami o przebytych kilometrach. Będzie to oznakowanie orientacyjne i może różnić się od właściwie przebytego dystansu.

POMIAR CZASU

- Podczas zawodów będzie dokonany pomiar czasu.

PAKIET STARTOWY

- Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal, posiłek regeneracyjny, wodę, numerek startowy. Możliwe jest rozszerzenie pakietów startowych o dodatkowe gadżety.

SĘDZIOWANIE (DOTYCZY NORDIC WALKING)

- Na trasie znajdować się będą sędziowie, którzy będą oceniać technikę marszu nordic walking, nieprawidłowa technika marszu będzie karana zgodnie z „Załącznikiem 1 – Regulamin Sędziowania Nordic Walking Poland”.
- Ponadprzeciętnie dobra technika nagradzana będzie zgodnie z „Załącznikiem 1 – Regulamin Sędziowania Nordic Walking Poland”.
- Sędziowie poprzez analizę nagrań wideo po zakończeniu zawodów mają prawo zdyskwalifikować zawodnika oraz odebrać mu tytuł w przypadku rażących form naruszenia zasad rywalizacji fair play (np. przy podbieganiu, czy skracaniu trasy w miejscach, gdzie nie będzie sędziów).

NUMER STARTOWY

- Każdy zawodnik zobowiązany jest do przypięcia numeru startowego na brzuchu lub klatce piersiowej, numer startowy musi odpowiadać numerowi chipa elektronicznego.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Zawody odbędą się bez względu na pogodę.
- Istnieje możliwość wypożyczenia kijów nordic walking w biurze zawodów. Liczba kijów jest ograniczona – decyduje kolejność zgłoszeń.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione podczas imprezy i za szkody wyrządzone przez uczestników.
- Przekazanie do Organizatora, prawidłowo wypełnionego i podpisanego formularza zgłoszeniowego oznacza wyrażenie zgody przez uczestnika imprezy na wykorzystanie podanych przez niego danych osobowych na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych wydarzeniach, produktach handlowych, a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne, zgodnie z ustawą o ochronie o danych osobowych z dnia 29 sierpnia 1997 r., Dz. U. nr 33, poz. 883. Uczestnikowi przysługuje prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencję na adres Organizatora.
- Depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za przekazanie depozytu innej osobie. W depozycie nie można pozostawiać rzeczy wartościowych.
- Uczestnicy zawodów zobowiązani są do posiadania ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków we własnym zakresie.
- Organizator posiada ubezpieczenie OC.
- Zawodnik, który odebrał numer startowy oświadcza, że zapoznał się z niniejszym regulaminem i akceptuje go w całości.
- Reklamacje względem wyników startów można wnosić do 30 min od oficjalnej ich publikacji. W celu wniesienia protestu konieczna jest wpłata 100 zł zwracanego w przypadku pozytywnego rozpatrzenia wniosku.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.