



**DĄBROWA
GÓRNICZA**



**CENTRUM SPORTU
I REKREACJI**
w Dąbrowie Górniczej



**DĄBROWA
GÓRNICZA**
dla aktywnych



VI SZÓSTKA POGORII

Regulamin Marszu Nordic Walking

1. Cele imprezy:

- upowszechnianie nordic walking jako jednej z najprostszych form rekreacji fizycznej;
- propagowanie czynnego wypoczynku oraz aktywności ruchowej wśród młodzieży i dorosłych;
- popularyzacja terenów rekreacyjnych na terenie miasta Dąbrowa Górnicza.

2. Organizatorzy:

- Stowarzyszenie Pogoria Biega w Dąbrowie Górniczej;
- Wydział Promocji Kultury i Sportu Urzędu Miasta Dąbrowa Górnicza;
- Centrum Sportu i Rekreacji w Dąbrowie Górniczej.

3. Termin i miejsce:

- Marsz Nordic Walking będzie rozegrany dnia 8 maja 2016r.
- Miejsce: Centrum Sportów Letnich i Wodnych Pogoria III, 41-300 Dąbrowa Górnicza, ul. Malinowe Górki
- start wspólny odbędzie się o godz. 9:45 na promenadzie przy plaży.
-

4. Trasa:

- Marsz Nordic Walking odbędzie się na trasie prowadzącej wokół zbiornika Pogoria III,
- Dystans: ok. 6 km
- Rodzaj nawierzchni: asfalt + kostka chodnikowa,

5. Uczestnictwo:

- W zawodach uczestniczyć mogą osoby, które w dniu 8 maja 2016 będą miały ukończone 16 lat, wpłacą w terminie opłatę startową oraz podpiszą oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach sportowych,
- Osoby niepełnoletnie muszą posiadać pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego wraz z numerem PESEL. Warunkiem dopuszczenia do startu osoby niepełnoletniej jest obecność rodzica lub opiekuna prawnego wraz z uczestnikiem podczas weryfikacji w Biurze Zawodów. Rodzic lub opiekun prawny powinni okazać dowód osobisty oraz wypełnić stosowne oświadczenie którego wzór znajdować się będzie w Biurze Zawodów.

6. Limit.

Organizator ustala limit uczestników w wysokości **100** osób (zapisanych i opłaconych).

7. Zasady marszu.

- Start wspólny odbędzie się o godz. 9:45 na promenadzie przy plaży,
- Zawodnicy będą klasyfikowani wg czasu brutto,

- Podczas pokonywania trasy zawodnicy proszeni są o trzymanie się prawej strony trasy,
- Zawodnicy proszeni są o obecność w pobliżu startu przynajmniej 5 minut przed orientacyjną godziną startu,
- Nieobecność zweryfikowanego zawodnika o wyznaczonej godzinie startu będzie skutkowałą dyskwalifikacją,
- Zawodnicy proszeni są o stosowanie w trakcie marszu techniki nordic walking. Na trasie marszu będą ustawieni obserwatorzy, którzy będą reagowali na naruszenia zasad marszu, w szczególności na podbieganie. Obserwatorzy mają prawo wnioskować do organizatora o dyskwalifikację zawodnika łamiącego zasady marszu. Decyzja organizatora odnośnie dyskwalifikacji zawodnika jest ostateczna i nie ma od niej odwołania.

8. Zgłoszenia i wydawanie numerów startowych:

Rejestracja internetowa będzie dostępna do dnia 4 maja 2016 roku. Po tej dacie będzie można jeszcze zgłosić swoje uczestnictwo i opłacić wpisowe w dniu startu, zgłaszając się osobiście w biurze zawodów do godz. 9:30. Weryfikacja zawodników oraz wydawanie numerów startowych odbywać się będzie dnia 8 maja 2016 r. w godz. 8:00 – 9:30 w biurze zawodów usytuowanym w pobliżu startu.

9. Opłata startowa:

Wpisowe jest płatne przelewem na rachunek bankowy **Stowarzyszenia Pogoria Biega, 41-300 Dąbrowa Górnicza, ul. Konopnickiej 29. Nr rachunku: 81 1050 1360 1000 0023 5388 3263** Tytuł wpłaty: startowe Szóstka Pogorii – bieg, oraz imię i nazwisko startującego.

Wysokość opłaty startowej wynosi **20,00 zł** od osoby.

Opłatę można uregulować w dniu zawodów.

Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz uiszczenie opłaty startowej. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

10. Nagrody:

- w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn: statuetki za I, II oraz III miejsce;
- wśród wszystkich uczestników marszu i biegu zostaną rozlosowane atrakcyjne nagrody.

11. Pozostałe ustalenia

- Organizator zapewnia elektroniczny pomiar czasu,
- Zawodnicy zobowiązani są do pobrania i przymocowania chipa do buta.
- Brak chipa będzie jednoznaczny z dyskwalifikacją.
- Po ukończeniu biegu chip należy zwrócić organizatorom.
- Bieg zostanie rozegrany bez względu na pogodę,
- Każdy zawodnik zobowiązany jest do przypięcia numeru startowego agrafkami z przodu na piersi (brak prawidłowo zamocowanego numeru startowego będzie skutkowałą dyskwalifikacją zawodnika),
- Organizator zapewnia szatnie i depozyt;
- Nad bezpieczeństwem uczestników będzie czuwała grupa ratownictwa medycznego;
- Organizator może wysyłać powiadomienia o ważnych sprawach dotyczących biegu na adres e-mail zawodnika podany w zgłoszeniu;
- Uczestnicy zawodów nie są ubezpieczeni od nieszczęśliwych wypadków;
- Organizator zastrzega sobie prawo dokonywania zmian w regulaminie;
- Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora;
- Sprawy nie ujęte w regulaminie rozstrzyga organizator;
- Uczestnik zawodów, akceptując niniejszy regulamin oraz biorąc udział w zawodach, wyraża zgodę na publikację swojego wizerunku w relacjach zamieszczanych w mediach i materiałach promocyjnych organizatora, patronów medialnych imprezy, oraz partnerów i sponsorów, jak również wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych na potrzeby organizacji zawodów.
- Organizator powołuje na dzień trwania zawodów Komisję Odwoławczą, która w imieniu organizatorów będzie rozpatrywać wszystkie protesty. Czas w jakim można zgłaszać protesty to 20 minut od godziny wywieszenia końcowych wyników. Po tym czasie jakiegokolwiek protesty nie będą rozpatrywane.

12. Program zawodów:

8:00 - 9:30 – weryfikacja zawodników,

9:45 – start marszu NW

11:30 – dekoracja zwycięzców marszu nordic walking

14:00 – losowanie nagród (dokładna godzina uzależniona od ilości zawodników),

14:45 – zakończenie imprezy (dokładna godzina uzależniona od ilości zawodników).