



**DĄBROWA
GÓRNICZA**



**CENTRUM SPORTU
I REKREACJI**

w Dąbrowie Górniczej



**DĄBROWA
GÓRNICZA**
dla aktywnych



SZÓSTKA POGORII

Regulamin Biegu Indywidualnego Na Czas

1. Cele imprezy:

- upowszechnianie biegania 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:

- Indywidualny Bieg na Czas będzie rozegrany dnia 8 maja 2016r.
- Miejsce: Centrum Sportów Letnich i Wodnych Pogoria III, 41-300 Dąbrowa Górnicza, ul. Malinowe Góry
- Pierwszy zawodnik rozpocznie całą imprezę startem o godzinie 11:00. Kolejni zawodnicy będą wyruszali na trasę w odstępach 15-sekundowych.

4. Trasa:

- Bieg Indywidualny na Czas będzie rozegrany na trasie prowadzącej brzegiem zbiornika Pogoria III.
- Dystans: 5 km, z nawrotem w połowie trasy,
- Rodzaj nawierzchni: asfalt + kostka chodnikowa,
- Trasa zostanie oznaczona co 1 km,
- Trasa posiada atest PZLA.

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 **500** osób (zapisanych i opłaconych).

7. Zasady biegu.

- Bieg zostanie rozegrany na zasadzie biegu indywidualnego na czas,
- Start pierwszego zawodnika nastąpi o godzinie 11:00. Kolejni zawodnicy będą wyruszali na trasę co 15 sekund,
- O kolejności na starcie będzie decydować wynik na 10 km podany podczas zgłoszeń internetowych. Zawodnicy będą wypuszczani co 15 sekund od najwolniejszego do najszybszego zawodnika,
- W przypadku nie podania podczas zgłoszenia internetowego czasu na 10 km zawodnik będzie przypisany na początek listy startowej,
- Lista startowa z przypisanymi numerami i orientacyjną godziną startu każdego zawodnika będzie zamieszczona na stronie internetowej www.pogoriabiega.pl kilka dni przed imprezą,
- Zawodnicy zgłoszeni w dniu zawodów zostają dopisani na koniec listy startowej i wystartują po zawodnikach zgłoszonych drogą elektroniczną, niezależnie od zadeklarowanego czasu na 10 km,
- Na nawrocie w połowie trasy będzie znajdował się dodatkowy punkt weryfikacji zawodników. Brak pozytywnej weryfikacji zawodnika w tym punkcie skutkować będzie dyskwalifikacją,
- Zawodnicy będą klasyfikowani wg czasu netto,
- 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,
- Linia startu/mety będzie znajdować się w jednym miejscu i będzie podzielona na dwie części,
- Nieobecność zweryfikowanego zawodnika o wyznaczonej godzinie startu będzie skutkowałą dyskwalifikacją,
- W przypadku braku weryfikacji w biurze zawodów zapisanego i opłaconego zawodnika, start kolejnych zawodników będzie przesunięty odpowiednio o 15 sekund. O ostatecznej godzinie startu i kolejności będzie na bieżąco informował konferansjer znajdujący się na linii startu.
- Zawodnicy startujący proszeni są o nie wchodzenie podczas rozgrywania biegu w strefę mety.

8. Zgłoszenia i wydawanie numerów startowych:

Rejestracja internetowa będzie dostępna do dnia 4 maja 2016 roku, chyba że ustalony limit uczestników zostanie wcześniej wyczerpany.

W przypadku nie wyczerpania limitu po tej dacie będzie można jeszcze zgłosić swoje uczestnictwo i opłacić wpisowe w dniu startu, zgłaszając się osobiście w biurze zawodów do godz. 10:15. Weryfikacja zawodników oraz wydawanie numerów startowych odbywać się będzie dnia 8 maja 2016 r. w godz. 8:00 –10:15 w biurze zawodów usytuowanym w pobliżu startu.

UWAGA!!!

Ze względu na charakter imprezy listy startowe i Biuro Zawodów zostaną bezwzględnie zamknięte o godz. 10:15. Po tej godzinie nie będzie możliwości zgłoszenia się do biegu!

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 **20zł** od osoby.

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,
- każdy uczestnik który regulaminowo ukończy zawody otrzyma pamiątkowy medal,
- 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 skutkowało 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 - 10:15 – weryfikacja zawodników,

11:00 – start pierwszego zawodnika,

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

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