

REGULAMIN

I. NAZWA ZAWODÓW

„IV BIEG RYŃSKI O PUCHAR BURMISTRZA MIASTA I GMINY RYN”

II. CELE IMPREZY

1. Popularyzacja biegów, jako naturalnej formy spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu.
2. Promocja Miasta i Gminy Ryn oraz regionu.
3. Wyłonienie zwycięzców w otwartych biegach dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych z podziałem na kategorie wiekowe i płeć.
4. Wyłonienie zwycięzców w kategorii „Najlepszy Rynianin i Rynianka” na dystansie 5 i 10 km.

III. GŁÓWNY ORGANIZATOR

Regionalny Park Edukacji, Kultury i Turystyki w Rynie, ul. M. Kopernika 16, 11-520 Ryn,
NIP 8451993059



REGIONALNY
PARK
EDUKACJI
KULTURY
I TURYSTYKI

w Rynie

IV. WSPÓŁORGANIZATORZY

1. Urząd Miasta i Gminy RYN
2. Resport Mazury, Sport – Rekreacja Aleksandra Cybul
3. firma The North Event



V. PATRONAT

BURMISTRZ MIASTA I GMINY RYN – Jarosław Filipek

VI. OPIEKA MEDIALNA

Regionalny Park Edukacji, Kultury i Turystyki w Rynie, ul. M. Kopernika 16, 11-520 Ryn,
Gmina Ryn (strony internetowe i Facebookowe)
„Gazeta Giżycka”

VII. TERMIN I MIEJSCE

21 lipca 2024 r. (niedziela) w RYNIĘ, „Amfiteatr na schodkach” nad jez. Ołów

Godzina rozpoczęcia konkurencji biegowych dla dzieci - 10.00.

Godzina oficjalnego otwarcia zawodów – 11.00

Start biegu średniego na 5 km odbędzie się o godz. 11.30

Start biegu głównego na 10 km odbędzie się o godz. 12.30.

Weryfikacja i zapisy zawodników będą trwały od godz. 08.00 do 12.00.

- Zapisy do biegów dla dzieci od godz. 08.00 do 9.30
- Zapisy do biegu średniego na 5 km od godz. 08.00 do 11.00
- Zapisy do biegu głównego na 10 km od godz. 08.00 do 12.00

VIII. USTALENIA ORGANIZACYJNE ORAZ WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W ramach organizowanego „**IV BIEGU RYŃSKIEGO O PUCHAR BURMISTRZA MIASTA I GMINY RYN**” zostaną przeprowadzone następujące rodzaje biegów:
 - a) biegi dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych na poszczególnych dystansach z podziałem na kategorie wiekowe i płeć.
 - b) bieg o Puchar dla „Najlepszego Rynianina i Rynianki” na dystansie 5 i 10 km.
2. W zawodach mogą brać udział dzieci, młodzież oraz dorośli bez ograniczeń wiekowych.
3. Dzieci oraz młodzież do uzyskania 18 roku życia muszą posiadać zgodę opiekunów prawnych do udziału w biegu.
4. Osoby dorosłe do biegu głównego na 10 km i 5 km wnoszą **opłatę startową w wysokości 50,00 zł**. Kwota ta nie podlega zwrotowi bez względu na zaistniałe okoliczności.
5. Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie własnoręczne podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu dostępnym w biurze zawodów.
6. Każdy uczestnik dokonuje zapisu do konkretnego biegu ustalonego przez organizatorów.
7. Niestawiennictwo uczestnika w miejscu i czasie przewidzianym dla przeprowadzenia biegu bez względu na jego przyczyny jest równoznaczne z rezygnacją i nie rodzi po stronie uczestnika jakichkolwiek roszczeń związanych z jego udziałem w zawodach biegowych.
8. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NW. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
9. W ramach biegu średniego (5 km) i głównego (10 km) uczestnik otrzymuje pakiet startowy:
 - koszulka okolicznościowa
 - woda
 - baton regeneracyjny
 - talon na posiłek regeneracyjny
10. W trakcie biegu i po jego ukończeniu zawodnicy otrzymują:
 - wodę na trasie i mecie biegu,
 - pamiątkowy medal,
 - owoce, słodki poczęstunek w ramach możliwości organizatora.
11. Organizator nie gwarantuje kompletnego pakietu startowego dla osób dokonujących zapisów w dniu zawodów.
12. Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte do koszulki startowej w taki sposób, aby numer startowy był

widoczny z przodu. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji.

13. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niezgodny z przebiegiem trasy biegu oraz regulaminem zawodów zostaną zdyskwalifikowani.

14. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.

IX. ZGŁOSZENIA, OPŁATA STARTOWA, ZASADY OGÓLNE

1. Zgłoszenia do zawodów dla dystansu 5 km i 10 km będą przyjmowane przez internet do dnia **12 lipca 2024 r.** na stronie:

<https://elektronicznezapisy.pl>

oraz osobiście w dniu zawodów od godz. 08.00 do godz. 12.00.

2. Każdy z uczestników zawodów zobowiązany jest do wpisania się na listę startową zgodnie z formularzem zgłoszeniowym umieszczonym na wskazanej stronie internetowej.

3. Do dnia **12 lipca 2024 r.** w formularzu zgłoszeniowym należy podać rozmiar **koszulki pamiątkowej** uczestnika zawodów. Organizator zapewnia koszulki w dniu zawodów tylko dla zawodników, którzy **do wskazanego terminu** dokonają zgłoszenia rozmiaru koszulki oraz wpłaty na podane konto. Dla zawodników, którzy dokonają wpisu oraz wpłaty po wskazanym terminie lub w dniu zawodów organizator dośle koszulki pocztą w ciągu 30 dni od zakończenia biegów na adres wskazany przez zawodnika. Powyższy fakt należy zgłosić do biura zawodów.

4. **Uczestnicy biegu zobowiązani są do wpłacenia wpisowego do dnia 12 lipca 2024 r.:**

- Bieg główny – 10 km - **50,00 zł**
- Bieg średni – 5 km - **50,00 zł**

Płatność za uczestnictwo w zawodach za pośrednictwem płatności elektronicznej w trakcie rejestracji na:

<https://elektronicznezapisy.pl>

Od dnia **13.07.2024 r.** opłata startowa wynosi:

- Bieg główny – 10 km - **90,00 zł**
- Bieg średni – 5 km - **90,00 zł**

O terminie dokonanej wpłaty decyduje termin złożenia dyspozycji przelewu lub wpłaty gotówkowej.

Z opłaty startowej zwolnieni są mieszkańcy miasta i gminy RYN, którzy zgłoszą osobiście udział w biegu w siedzibie organizatora (RPEKiT). Ponadto z opłaty zwolniona jest młodzież do lat 18 oraz osoby, które ukończyły 70 lat.

5. Wpisanie na listę startową nastąpi po zaksięgowaniu opłaty startowej na koncie **Organizatora**.

6. W przypadku opłat startowych wniesionych na konto po **13.07.2024 r.** konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w biurze zawodów dowodu wpłaty oraz dowodu osobistego.

7. Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych.

X. KLASYFIKACJE

1. BIEG GŁÓWNY NA 10 KM:

a) Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.

Nagradzane są 3 pierwsze osoby wśród mężczyzn i kobiet.

b) Klasyfikacja w następujących kategoriach wiekowych:

KOBIETY:

K-20 (16 – 29 lat) – urodzone w latach 1995 - 2008

K-30 (30 – 39 lat) – urodzone w latach 1985 - 1994

K-40 (40 – 49 lat) – urodzone w latach 1975 - 1984

K-50 (50 lat i starsze) – urodzone w latach 1974 i starsze

MEŹCZYŹNI:

M-20 (16 - 29 lat) – urodzeni w latach 1995 - 2008

M-30 (30 - 39 lat) – urodzeni w latach 1985 - 1994

M-40 (40 - 49 lat) – urodzeni w latach 1975 - 1984

M-50 (50 - 59 lat) – urodzeni w latach 1965 - 1974

M-60 (60 lat i starsi) – urodzeni w latach 1964 i starsi

c) Klasyfikacja najlepszy Rynianin i Rynianka.

2. BIEG ŚREDNI NA 5 KM:

a) Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.

Nagradzane są 3 pierwsze osoby wśród mężczyzn i kobiet.

b) Klasyfikacja w następujących kategoriach wiekowych:

KOBIETY:

K-20 (16 – 39 lat) – urodzone w latach 1985 – 2008

K-40 (40 lat i starsi) – urodzone w latach 1984 i starsi

MEŹCZYŹNI:

M-20 (16 – 39 lat) – urodzeni w latach 1985 – 2008

M-40 (40 lat i starsi) – urodzeni w latach 1984 i starsi

c) Klasyfikacja najlepszy Rynianin i Rynianka.

3. BIEG DZIECI I MŁODZIEŻY:

a) **Bieg Krasnali do 7 lat na dystansie około 100 m.**
(ur. 2017 i młodsi)

b) **Bieg Żaków od 8 do 10 lat na dystansie około 750 m.**

Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.

(ur. 2016 - 2014)

c) **Bieg Dzieci od 11 do 13 lat na dystansie około 1500 m.**

Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.

(ur. 2011 - 2013)

d) **Bieg Młodzieżowy od 14 do 16 lat na dystansie około 2250 m.**

Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.

(ur. 2008 - 2010)

XI. NAGRODY

1. W klasyfikacji generalnej biegu głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
2. W kategoriach wiekowych biegu głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
3. W klasyfikacji biegu głównego na **10 km najlepszy Rynianin i Rynianka** za pierwsze miejsce wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
4. W klasyfikacji generalnej biegu średniego na **5 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
5. W kategoriach wiekowych biegu średniego na **5 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
6. W klasyfikacji biegu głównego na **5 km najlepszy Rynianin i Rynianka** za pierwsze miejsce wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
7. W klasyfikacji generalnej biegu krasnali, żaków, dzieci i biegu młodzieżowego na poszczególnych dystansach dla pierwszych trzech zawodników wśród chłopców i dziewcząt – **nagrody rzeczowe**.
8. Wszyscy uczestnicy biegów otrzymają **pamiątkowe medale**.
9. **Przewidziano udekorowanie SENIORA i JUNIORA biegu na 10 km - puchar.**
10. **NAGRODY SIĘ NIE DUBLUJĄ!**
11. Organizator zastrzega sobie prawo do wyróżnienia zwycięzców w poszczególnych biegach i kategoriach dodatkowymi nagrodami rzeczowymi niepodanymi w regulaminie zawodów w zależności od posiadanych możliwości finansowych.

XII. PROGRAM ZAWODÓW

1.	08.00 – 12.00	Weryfikacja zawodników na podstawie wcześniejszych zapisów oraz dodatkowe zapisy do poszczególnych biegów w sekretariacie zawodów, wydawanie numerów startowych i pakietów startowych.
2.	10.00 – 10.15	Bieg Krasnali do 7 lat na odcinku około 100 m.
3.	10.15 – 10.30	Bieg Żaków do 10 lat na dystansie około 750 m
4.	10.30 – 10.45	Bieg Dzieci do 13 lat na dystansie około 1500 m
5.	10.45 – 11.00	Bieg Młodzieżowy do 16 lat na dystansie około 2250 m
6.	11.00 – 11.20	Uroczyste otwarcie zawodów
7.	11.30 – 12.30	Bieg Średni na dystansie 5 km .
8.	12.30 – 14.00	Bieg Główny na dystansie 10 km .

9.	15.00	Uroczyste wręczenie nagród zwycięzcom, zakończenie imprezy
----	-------	--

XIII. TRASA

1. Trasa Biegu Głównego na 10 km będzie przebiegać przez miasto Ryn oraz jego okolice i będzie miała charakter miejsko-przełajowy. Start i meta będą zlokalizowane w „Amfiteatrze na schodkach” przy ul. Lipowej, nad Jeziorem Ołów. Startujący pobiegną promenadą wzdłuż linii brzegowej jeziora Ołów, w ul. Lipową, następnie wybiegną na drogę wojewódzką nr 642 - ul. A. Nowickiego. Po pokonaniu odcinka około 0,5 km zbiegają z DW nr 642 w lewo na drogę szutrową – podbieg długości ok. 700m. Dalej drogą szutrową przez las do drogi powiatowej w kierunku m. Knis. Po pokonaniu 400 m drogą asfaltową w kierunku m. Knis zbiegają w prawo na drogę szutrową „stara wąskotorówka” i dobiegają ponownie do DW nr 642, którą przecinają i kierują się dalej w kierunku m. Ryn. Zawodnicy kierują się od „trzeciej plaży” brzegiem jeziora Ołów i dobiegają do plaży miejskiej. Dalej podbieg do ul. Wallenroda. Dalej kierują się do ul. Cichej i Lipowej i dobiegają wzdłuż linii brzegowej jeziora do miejsca startu „Amfiteatr na schodkach” do linii mety. Trasa nie posiada atestu PZLA. Trasa będzie oznaczona co 1 kilometr.

Profil trasy: o umiarkowanym stopniu trudności, z dość licznymi przewyższeniami terenu. Trasa w 1/4 przebiega drogami utwardzonymi (kostka brukowa i asfalt) oraz drogami szutrowymi, polnymi i leśnymi duktami, na których mogą znajdować się dodatkowe utrudnienia nawierzchni.

Nawierzchnia: ok. 10% kostka polbrukowa, ok. 15% asfalt, ok. 75% drogi gruntowe, drogi polne, leśne ścieżki.

Na trasie będzie umieszczony punkt z wodą – **ok. 5 km**. Na trasie będzie odbywał się ograniczony ruch pieszy oraz ruch kołowy. Prosimy uczestników biegu o ostrożność i stosowanie się do zaleceń wolontariuszy i służb obsługi biegu oraz do ogólnych zasad ruchu drogowego.

2. Trasa Biegu na 5 km przebiegać będzie alejkami wokół jeziora Ołów. Start i meta będą zlokalizowane na „Amfiteatrze na schodkach” przy ul. Lipowej. Zawodnicy biegną wyznaczoną ścieżką biegową do „trzeciej plaży” brzegiem jeziora Ołów i dobiegają do plaży miejskiej. Dalej podbieg do ul. Wallenroda. Dalej kierują się do ul. Cichej i Lipowej i dobiegają wzdłuż linii brzegowej jeziora do miejsca startu „Amfiteatr na schodkach”.

XIV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszystkich uczestników „IV BIEGU RYŃSKIEGO O PUCHAR BURMISTRZA MIASTA I GMINY RYN” obowiązuje niniejszy regulamin.
2. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach promocyjnych biegu.
3. Organizator zapewnia wodę i opiekę medyczną na trasie i na mecie biegu.
4. ORGANIZATOR ZAPEWNI MEDALE DLA ZAWODNIKÓW BIEGÓW NA 5 I 10 KM ORAZ MEDALE DLA KONKURENCJI BIEGOWYCH DZIECI I MŁODZIEŻY. W PRZYPADKU BRAKU MEDALU NA MECIE, ORGANIZATOR ZOBOWIĄZUJE SIĘ DOSŁAĆ GO POCZTĄ W CIĄGU 30 DNI NA ADRES WSKAZANY PRZEZ ZAWODNIKA PO UKOŃCZENIU BIEGU. ZAWODNIK, DLA KTÓREGO PO UKOŃCZENIU BIEGU ZABRAKŁO MEDALU OSOBIŚCIE MUSI ZGŁOSIĆ POWYŻSZY FAKT DO BIURA ZAWODÓW PODAJĄC SWOJE DANE PERSONALNE Z ADRESEM, NA KTÓRY ZOSTANIE DOSŁANY MEDAL.
5. Zaleca się posiadanie aktualnych badań lekarskich.
6. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
7. Organizator nie zapewnia możliwości skorzystania z umywalni i natrysków.
8. Organizator nie prowadzi depozytu i nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.

9. Wyniki z zawodów będą opublikowane na stronie internetowej: <https://elektronicznezapisy.pl/> oraz <http://www.rpekit.pl/>
10. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie, o których winien poinformować uczestników w dniu zawodów przed rozpoczęciem imprezy.
11. **Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.**
12. W biegach dla dzieci i młodzieży dziecko będące w niższej kategorii wiekowej może uczestniczyć w biegu przewidzianym dla kategorii wyższej.
13. O wszystkich sprawach spornych a nieujętych w regulaminie decyduje Komitet Organizacyjny.
14. Pisemne protesty po wpłaceniu kaucji 100 złotych przyjmuje Biuro Zawodów do 30 min po ukazaniu się nieoficjalnych wyników w dniu odbywania się zawodów. Kaucja zostanie zwrócona po pozytywnym rozpatrzeniu skargi.

XV. WAŻNIEJSZE TELEFONY

1. Regionalny Park Edukacji, Kultury i Turystyki w Rynie - 87 737 50 38
2. Realizator zawodów – Resport Mazury - 604276482

KOMITET ORGANIZACYJNY