

# Towarzyskie Maratony Leśnym Szlakiem

## Regulamin

### **1. CEL**

Popularyzacja biegów długodystansowych.

Popularyzacja nordic walking.

Promocja Miasta Łodzi.

Propagowanie walorów sportowo-rekreacyjnych Lasu Łagiewnickiego.

Upowszechnianie rekreacji ruchowej i aktywnego wypoczynku – możliwość pokonania krótszego dystansu niż maraton.

### **2. ORGANIZATOR**

Pomysłodawcy Towarzyskich Maratonów na terenie Łodzi.

### **3. TERMIN I MIEJSCE**

Terminy będą ustalone na bieżąco i podawane do wiadomości na facebook-u (stronie wydarzenia).

Najbliższy start 05.05.2019.

Start imprezy o godzinie 09:00, dopuszcza się możliwość startu w późniejszych godzinach po odpowiednim wcześniejszym kontakcie z organizatorami.

Biuro maratonów – Centrum Zarządzania Szlakiem Konnym Łódź ul.Wycieczkowa 86 czynne w dniu imprezy od godziny 8:15.

### **4. TRASA**

Trasa prowadzi leśnymi duktami Lasu Łagiewnickiego.

Czerwona ścieżka biegowa (oznaczona czerwonym ludzikiem na drzewach), długość okrążenia 5,275 km.

Trasa została zmierzona kółkiem mierniczym (5,275 km) co pozwoli na usytuowanie startu i mety w tym samym miejscu.

Start i meta znajduje się na wysokości CZSK.

### **5. DYSTANS, POMIAR CZASU, LIMIT**

Dystans dowolny, czyli wielokrotność pętli 5,275 km. Maksymalnie 42,2 km.

Nie ukrywamy jednak, że liczymy na ukończenie pełnego dystansu przez jak największą ilość osób :)

Pomiar czasu, dystansu-pętli uczestnik prowadzi sam i podaje go po zakończeniu biegu/marszu organizatorowi w postaci: czas i ilość pokonanych kółek.

LICZY SIĘ CZAS BRUTTO, zatem nie wyłączamy zegarków na punkcie odżywczym czy podczas przerw w biegu/marszu jeśli ktoś takie planuje.

Limit czasowy biegu/marszu - 6 godzin. W wyjątkowych przypadkach za zgodą organizatora, limit czasu biegu/marszu może zostać zwiększony ( np. jeśli walker będzie chciał pokonać dystans maratonu co jest równoznaczne z marszem dłuższym niż 6 godzin proszony jest o wcześniejszy kontakt z organizatorem). Limit uczestników: 50 osób.

### **6. UCZESTNICTWO**

Bieg/marsz będzie uznany i podany do publicznej wiadomości, pod warunkiem uczestnictwa w nim minimum trzech osób.

W biegu/marszu mogą uczestniczyć osoby, które w dniu startu będą miały ukończone 18 lat (co do dystansu maratonu) oraz 16 lat (co do dystansów krótszych) oraz podpiszą

oświadczenie o stanie zdrowia i starcie na własną odpowiedzialność.  
W przypadku osób niepełnoletnich oświadczenie podpisują opiekunowie.

## **7. UBEZPIECZENIE**

Uczestnicy nie będą ubezpieczeni. Każdy sportowiec, powinien ubezpieczyć się indywidualnie na własny koszt.

## **8. ZGŁOSZENIA**

Zgłoszenia przez stronę: <https://elektronicznezapisy.pl/event/3694/strona.html>  
Zgłoszenia do biegów przyjmowane będą również przed startem w biurze maratonów w przypadku wolnych miejsc.

## **9. WPISOWE**

Opłata koleżeńska 7 zł przekazywana w biurze imprezy (nieobowiązkowa) na potrzeby bieżące związane z obsługą imprezy.

## **10. ŚWIADCZENIA**

Organizator udostępnia biuro maratonu, gdzie będzie można przebrać się, odpocząć itp. Będzie również zapewniony dostęp do toalet oraz parking.

**Każdy uczestnik zabezpiecza napoje, pożywienie/odżywki we własnym zakresie.**

## **11. KLASYFIKACJE I NAGRODY**

Dla każdego uczestnika, który ukończy minimum jedno okrążenie (5,275 km) przewidziane są medale. Dlatego też liczymy na wniesienie opłaty koleżeńskiej (patrz pkt 9 regulaminu), aby te medale dla Was pozyskać.

Medale w roku 2019 będą na każdej imprezie takie same.

Klasyfikacje wszystkich biegów będą podane i archiwizowane na FB oraz na stronie maratonypolskie.pl.

Przypominamy, iż nasze maratony to imprezy towarzyskie. Mimo to oczywiście można rywalizować – wyniki zostaną przedstawione oficjalnie do wiadomości jak w informacji wyżej.

## **12. INFORMACJE I KONTAKT**

Informacje będą udostępnione na stronie wydarzeni FB.

Galeria zdjęć i relacja z imprezy będzie dostępna na portalu jak wyżej.

W sprawach panelu zapisów i innych proszę kontaktować się mailowo- Przemes6@wp.pl

## **13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność, co potwierdza na stosownym oświadczeniu.

W przypadku jakichkolwiek zdarzeń losowych nie będą przysługiwały żadne roszczenia (patrz pkt. 7 regulaminu).

W imprezach organizowanych przez Towarzyskie Maratony Leśnym Szlakiem zabrania się stosowania wszelkich środków odurzających i alkoholu.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody materialne i zdrowotne wyrządzone przez innego uczestnika biegu.