Regulamin wydarzenia
„Bieg Zimowy"
I Bieg z Kwartetu Biegowego „Cztery pory Roku 2023"
12.03.2023 (Niedziela) Kuchary Królewskie gmina Sochocin, powiat Płoński

Celem imprezy jest popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu i zdrowego stylu życia. Integracja społeczności lokalnej. Propagowanie wrażliwości społecznej na pomoc potrzebującym w potrzebie.

Środki pieniężne zebrane z wpisowego zostaną przekazane na specjalistyczną terapię i rehabilitację dla małej Gabrysi Grudzickiej z Kołozębia, Gmina Sochocin. Gabrysia jest dzieckiem cierpiącym na autyzm atopowy. Wymaga codziennej intensywnej terapii.

Organizator wydarzenia: Stowarzyszenie Płońscy Patrioci
Partnerzy wydarzenia: Starostwo Powiatowe w Płońsku, Nadleśnictwo Płońsk, Gmina Sochocin
Partnerzy medialni: PłońskwSieci.pl, Płońszczak, Radio Płońsk 93,6 FM, TVP3 Warszawa
Termin i miejsce: 12.03.2023 (Niedziela) od godz. 10:00, Leśniczówka w Kucharach Królewskich, Gmina Sochocin, Powiat Płoński

Program imprezy:
11:00-11:30 – zapisy
11:30-12:00 – rozgrzewka
12:00 – start biegu i marszu NW na 5 km (start wspólny)
13:45 – 14:15 wręczanie nagród, poczęstunek, zakończenie.
Bieg odbędzie się na zasadach koleżeńskich - pomiar czasu każdy we własnym zakresie

Dystanse:
- Marsz NW 5km
- Bieg 5km

Rejestracja biegaczy:
Rejestracja zawodników odbędzie się drogą elektroniczną poprzez stronę https://elektronicznezapisy.pl/event/7734.html lub na miejscu w dniu wydarzenia w przypadku dostępnych wolnych miejsc (Limit 150 osób łącznie na bieg i Marsz NW).
Bieg odbędzie się na zasadach koleżeńskich - każdy mierzy czas we własnym zakresie.

Opłata za uczestnictwo w biegu lub Marszu NW:
30zł gotówką na miejscu w dniu wydarzenia.

Środki pieniężne zebrane z wpisowego zostaną przekazane na specjalistyczną terapię i rehabilitację dla małej Gabrysi Grudzickiej z Kołozębia, Gmina Sochocin. Gabrysia jest dzieckiem cierpiącym na autyzm atopowy. Wymaga codziennej intensywnej terapii.

Nagrody:
Każdy uczestnik, który ukończy bieg otrzyma pamiątkowy medal.
3 najszybszych uczestników Biegu oraz Marszu NW z podziałem na kategorie Open Kobiet i Open Mężczyzn otrzyma puchary lub statuetki.
Wszelkich informacji dotyczących uczestnictwa w biegu udzielają koordynatorzy wydarzenia
Michał Bombała, tel.: 669 900 059 oraz Piotr Liszewski, tel.: 733 601 503
E-mail: plonscypatrioci@gmail.com