



V STAROPOLSKI BIEG I MARSZ NORDIC WALKING „ŻYJ ZDROWO”

REGULAMIN

1. ORGANIZATOR:

- Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

kontakt: e-mail: gokis11@wp.pl ; tel. 55 271 35 10 (w godz. 12-17)

2. WSPÓŁORGANIZATOR:

- Szkoła Podstawowa w Starym Polu

3. CEL:

- Promocja gminy Stare Pole oraz uczestnictwo w imprezach masowych.
- Rozpowszechnianie biegów ulicznych i sportu masowego.
- Propagowanie aktywnych form wypoczynku i uczestnictwa w zamierzeniach sportu powszechnego.
- Upowszechnienie biegania i marszu, jako najprostszej formy ruchu
- Popularyzacja biegania jako najbardziej dostępnej formy rekreacji wśród wszystkich grup wiekowych.
- Promocja aktywności fizycznej wśród mieszkańców gminy Stare Pole.

4. PATRONAT HONOROWY:

- **Marek SZCZYPIOR** – Wójt Gminy Stare Pole

5. KOMITET HONOROWY

- **Mirosław CZAPLA** – Starosta Powiatu Malborskiego
- **bryg. mgr Mariusz DZIECIĄTEK** – Komendant Powiatowy PSP w Malborku
- **insp. Michał ZAPOLSKI** – Komendant Powiatowy Policji w Malborku
- **kmdr ppor. Zbigniew LENART** – Komendant Placówki Straży Granicznej w Elblągu
- **plk pil. mgr inż. Mirosław ZIMA** – Dowódca 22. Bazy Lotnictwa Taktycznego w Malborku

6. PATRONAT MEDIALNY

- TV Malbork
- Radio Malbork
- Gazeta Malborska
- Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

7. TERMIN I MIESIĄCE:

- 9 maja 2020, Stare Pole.
- Start oraz meta biegu głównego i marszu NW: Stare Pole - stadion sportowo – rekreacyjny, ul. Bema 6.
- Trasa biegu i marszu: - ta sama co bieg, na dystansie **6 km 280 m**.
- Trasa będzie posiadała oznaczone każdy kilometr.
- Zapisy do biegu głównego i marszu NW do dnia **23 kwietnia** 2020 roku.

Zgłoszenia do biegu głównego i marszu NW przez portal elektronicznezapisy.pl.

Limit czasu:

- Limit czasu dla biegu i marszu wynosi 2 h (słownie: dwie godziny).
- Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy i zdjęcia numeru startowego.
- Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowne do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.

Punkty medyczne – na trasie biegu będą usytuowane stanowiska ratowników medycznych. Organizator zapewnia punkt medyczny i karetkę na mecie biegu i marszu.

8. ZASADY UCZESTNICTWA:

- W biegu i marszu Nordic Walking na dystansie **6 km 280 m** może wziąć udział każda osoba, która najpóźniej w dniu rozgrywania imprezy ukończy 16 lat.
- W Nordic Walking wszystkie roczniki (osoby niepełnoletnie pod warunkiem opieki osoby dorosłej).
- Zawodnicy dokonujący rejestracji i startujący w zawodach oświadczają, że biorą w nich udział na własną odpowiedzialność.
- **UWAGA!** Limit uczestników w biegu i marszu wynosi – brak limitu!
- Podczas odbioru pakietu startowego, zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych.

- Biuro zawodów będzie czynne: w sobotę, 9 maja 2020 r. w godzinach 09:00 – 11:30.
- Organizator zwraca uwagę uczestnikom biegu i marszu na wielość niebezpieczeństw i zagrożeń wynikających z uczestnictwa w imprezie sportowej, związanych z dużym wysiłkiem fizycznym, które mogą polegać m.in. na ryzyku utraty życia i zdrowia. Organizator zaleca przed rozpoczęciem przygotowań do biegu oraz w ich trakcie dokonanie stosownych badań medycznych lub konsultacji lekarskiej, w zależności od wieku oraz kondycji fizycznej uczestnika. Akceptując niniejszy regulamin, uczestnik oświadcza, że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych/lekarskich do udziału w biegu i marszu.
- Warunkiem dopuszczenia do biegu i marszu będzie przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w przedmiotowym biegu lub złożenie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu podpisanego własnoręcznie (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegółowych zasad i warunków prowadzenia działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej Dz. U. Nr 101 poz. 1095 z dn. 12.09.2001).
- Decyzje lekarskie dotyczące dopuszczenia do biegu oraz marszu i jego kontynuowania są ostateczne i nieodwołalne.
- Uczestnicy imprezy biorą udział w biegu i marszu na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i marszu i jest zobowiązany do jego przestrzegania.
- Pobranie numeru startowego i podpisanie oświadczenia przez zawodnika jest równoważne z akceptacją regulaminu biegu i marszu.
- W dniu biegu będzie czynny magazyn depozytów, gdzie będzie można złożyć rzeczy osobiste zawodników zapakowane do worków dostarczonych przez organizatora. **Magazyn będzie czynny w godzinach 09:00 – 15:00.** Wydawanie worków z depozytu będzie się odbywało za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora z odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę.
- Zawodnicy będą mieć możliwość bezpłatnego korzystania z umywalni i toalet znajdujących się na stadionie sportowym, oraz przy hali sportowej Szkoły Podstawowej w Starym Polu.

9. PROGRAM IMPREZY:

PROGRAM MINUTOWY DLA BIEGU GŁÓWNEGO I MARSZU NORDIC WALKING:

09: 00 – 11: 30 – Otwarcie biura zawodów

11: 30 – Wspólna rozgrzewka z Justyną BRALEWSKĄ

11: 50 – Uroczyste otwarcie przez Marka SZCZYPIORA - Wójta Gminy Stare Pole

12: 00 **Start biegu głównego i marszu Nordic Walking**, w pierwszej kolejności startują biegacze, a tuż za nimi osoby maszerujące, każda forma pokonania jest możliwa: bieg, marsz Nordic Walking.

14: 00 – Zakończenie regulaminowe biegu i marszu.

UWAGA! Zazwyczaj piętnaście minut po przekroczeniu przez ostatniego zawodnika linii mety, odbędzie się dekoracja laureatów, losowanie atrakcyjnych nagród wśród wszystkich uczestników biegu głównego i marszu, zakończenie imprezy.

10. OPŁATA STARTOWA:

- Opłata startowa za udział w biegu i marszu: **28.02. - 31.03.2020 - 35 PLN**
- Opłata startowa za udział w biegu i marszu: **01.04. - 23.04.2020 - 40 PLN**
- Opłata startowa za udział w biegu i marszu w dniu imprezy - **50 PLN**
- Opłata startowa dla mieszkańców gminy Stare Pole (przez cały okres zgłoszeń) - **25 PLN**

W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w biegu i marszu opłata startowa nie podlega zwrotowi, nie ma możliwości przeniesienia jej na inną osobę.

- Opłatę należy uiścić na konto:

• **Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu B.S.**

Malbork o/Stare Pole 93 8303 0006 0040 0400 0521 0002

z dopiskiem – „Opłata startowa za BIEG lub MARSZ, imię i nazwisko”

- W przypadku opłat startowych wniesionych na konto organizatora po 23.04.2020r. konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w Biurze Zawodów dowodu wpłaty w formie wydruku oraz wcześniejsze przesłanie na adres mailowy potwierdzenia wpłaty na konto.

• Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę uczestników na jednym blankiecie wpłaty (jednym przelewie). W tym wypadku w dopisku (w tytule przelewu) należy wpisać „opłata grupowa” oraz imiona i nazwiska wszystkich osób zgłaszanych do biegu.

- W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu i marszu głównego otrzymuje:

-pakiet startowy wraz z numerem i zwrotnym chipem;

-posiłek regeneracyjny;

-unikatowy medal na mecie;

dodatkowo po ceremonii dekoracyjnej udział w losowaniu atrakcyjnych nagród m. in. BONU o wartości **1000 zł.** do zrealizowania w sklepie „FOLTA” ul. Daleka 123, Malbork.

(aby otrzymać wylosowaną nagrodę jej zwycięzca musi być obecny w trakcie losowania)

11. KLASYFIKACJA BIEGU:

UWAGA: O zaliczeniu zawodnika do odpowiedniej kategorii wiekowej, decyduje rok urodzenia, a nie dokładna data urodzenia.

• Klasyfikacja w kategorii wiekowej kobiet:

KAT. ROCZNIK: MIEJSCA:

K-16/30 Roczni 2004-1990 1-3

K-31/40 Roczni 1989-1980 1-3

K-41/50 Roczni 1979-1970 1-3

K-51 Roczni 1969 i starsze 1-3

• Klasyfikacja w kategoriach wiekowych mężczyzn:

KAT. ROCZNIK: MIEJSCA:

M-16/30 Roczni 2004-1990 1-3

M-31/40 Roczni 1989-1980 1-3

M-41/50 Roczni 1979-1970 1-3

M-51/60 Roczni 1969-1960 1-3

M-61 Roczni 1959 i starsi 1-3

• Klasyfikacja Nordic Walking (open):

KAT: MIEJSCA:

K 1-7

M 1-7

12. NAGRODY W BIEGU GŁÓWNYM:

- we wszystkich kategoriach za zajęcie miejsc I – III zawodnicy otrzymują puchary

13. NAGRODY W MARSZU NORDIC WALKING:

- w kategorii mężczyzn i kobiet najlepszych 7 uczestniczek/uczestników otrzymuje puchary

14. NAGRODY SPECJALNE W BIEGU I MARSZU NORDIC WALKING:

- dla uczestników – mieszkańców gminy Stare Pole przewidziano puchary dla najlepszego biegacza i maszera w kategorii kobiet i mężczyzn.

15. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Wszystkich uczestników obowiązuje niniejszy regulamin.
- Pomiar czasu zostanie przeprowadzony za pomocą chipów.
- Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z

przodu, pod karą dyskwalifikacji.

- Każdy uczestnik biegu i marszu jest zobowiązany do zapoznania się z mapą przebiegu trasy.
- Organizator zapewnia doraźną opiekę medyczną na trasie i mecie biegu i marszu.
- Organizator zapewnia szatnie z natryskami.
- Organizator zapewnia depozyt.
- Uczestnicy zawodów nie są ubezpieczeni od nieszczęśliwych wypadków.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione w trakcie imprezy.
- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.
- W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga organizator.

16. INFORMACJE DODATKOWE:

- Uczestnicy biegu i marszu wyrażają zgodę na fotografowanie i filmowanie oraz na rozpowszechnianie wszelkich utrwalonych w ten sposób materiałów, w określony przez Organizatora sposób.
- Dane osobowe podane przez uczestników będą przetwarzane przez Organizatora w celach związanych z wydarzeniem. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, jednakże jest niezbędne do uczestniczenia w imprezie oraz wręczenia nagród. Osobom udostępniającym dane osobowe przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych, ich poprawiania oraz żądanie ich usunięcia.

Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury i Sportu w Starym Polu