

# REGULAMIN

## 5. OTWARTE MISTRZOSTWA GRODZISKA MAZOWIECKIEGO

### W BIEGACH ULICZNYCH I NORDIC WALKING

### FINAŁ PUCHARU POWIATU

## OTWARTE MISTRZOSTWA MAZOWSZA W NORDIC WALKING

### 1. CEL

Popularyzacja biegania oraz nordic walking jako najprostszyc form aktywności fizycznej.

Promocja Gminy Grodzisk Mazowiecki.

### 2. TERMIN I MIEJSCE

06 października 2019 r. godz. 10.00.

Grodzisk Mazowiecki ul. Westfala 3a.

### 3. BIURO ZAWODÓW

Biuro Zawodów będzie mieściło się w Hali Sportowej OSiR w Grodzisku Mazowieckim przy ul. Westfala 3a.

Biuro będzie czynne w dniu zawodów w godz. 08.00 – 12.00

### 4. ORGANIZATOR

Klub Sportowy LIDER Grodzisk Mazowiecki.

### 5. PARTNERZY

Miasto i Gmina Grodzisk Mazowiecki.

Ośrodek Sportu i Rekreacji Gminy Grodzisk Mazowiecki.

Fundacja Wychowanie Przez Sport – Biegam Bo Lubię.

### 6. DYSTANS I TRASA

200 m , 400 m i 1 km. Trasa biegów została wyznaczona po małych pętlach.

5 km i 5 km nordic walking. Trasa biegu i nordic walking została wyznaczona po dużej pętli (1 pętla liczy 2,5 km).

### 7. LIMIT CZASU

Limity na pokonanie dystansów:

- 1 km – 10 min.

- 5 km i 5 km nordic walking – 60 min.

Po przekroczeniu limitu zawodnik zobowiązany jest opuścić trasę.

## **8. WARUNKI UCZESTNICTWA**

Uczestnikami zawodów są zgłoszone osoby, startujące z numerami startowymi i chipami.

W biegu na dystansie 200 m mogą brać udział tylko dzieci, urodzone w latach 2013 – 2018.

W biegu na dystansie 400 m mogą brać udział tylko dzieci, urodzone w latach 2010 – 2012.

W biegu na dystansie 1 km mogą brać udział tylko dzieci, urodzone w latach 2004 – 2009.

W biegu na dystansie 5 km mogą brać udział osoby urodzone w roku 2003 i w latach wcześniejszych.

W nordic walking na dystansie 5 km mogą brać udział osoby urodzone w roku 2009 i w latach wcześniejszych.

Wszyscy zawodnicy startujący w biegach i nordic walking muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów, co stanowi warunek dopuszczenia zawodnika do udziału w zawodach.

Warunkiem udziału w zawodach jest własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w zawodach na własną odpowiedzialność. Osoby poniżej 18. roku życia muszą mieć zgodę rodzica lub prawnego opiekuna na start w zawodach.

W czasie weryfikacji w Biurze Zawodów będą wydawane pakiety startowe (numer startowy, agrafka, chip, ewentualnie niespodzianki od Partnerów).

Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania regulaminu zawodów.

## **9. LIMIT ZAWODNIKÓW**

200 m - 25 osób.

400 m - 25 osób.

1 km - 25 osób.

5 km - 75 osób.

5 km nordic walking – 75 osób.

Decyduje kolejność zapisów i dokonania opłat.

W przypadku zwiększonego zainteresowania zawodami, organizator może zwiększyć limit miejsc.

## **10. ZGŁOSZENIA**

Elektroniczne, poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego pod linkiem umieszczonym na stronie organizatora [www.biegigrodzisk.pl](http://www.biegigrodzisk.pl)

W przypadku wolnych miejsc, w Biurze Zawodów.

## **11. OPŁATA STARTOWA**

5 km i 5 km nordic walking - 40 zł od osoby.

W Biurze Zawodów opłata wynosi 50 zł od osoby, w przypadku wolnych miejsc.

200 m, 400 m i 1 km – 20 zł od osoby.

W Biurze Zawodów opłata wynosi 30 zł od osoby, w przypadku wolnych miejsc.

Opłatę startową należy uiścić przelewem przy wypełnianiu formularza zgłoszeniowego dostępnego pod linkiem umieszczonym na stronie organizatora [www.biegigrodzisk.pl](http://www.biegigrodzisk.pl)

Opłata startowa w przypadku rezygnacji zawodnika nie podlega zwrotowi oraz nie ma możliwości przepisania opłaty startowej na innego zawodnika.

## **12. PROGRAM ZAWODÓW.**

08.00 - otwarcie Biura Zawodów.

10.00 – start biegów na 200 m.

I seria – dziewczęta.

II seria – chłopcy.

10.15 – start biegów na 400 m.

I seria – dziewczęta.

II seria – chłopcy.

10.30 – start biegu na 1 km.

10.45 - start biegu na 5 km.

10.50 - start nordic walking na 5 km.

12.00 - dekoracje zwycięzców.

- 200 m – dziewczęta i chłopcy.

- 400 m – dziewczęta i chłopcy.

- 1 km – dziewczęta i chłopcy. (2007-2009).

- 1 km – dziewczęta i chłopcy. (2004-2006).

- 5 km – kobiety i mężczyźni.

- 5 km nordic walking – kobiety i mężczyźni.

- 5 km – kobiety i mężczyźni. (Puchar Powiatu Grodziskiego w Biegach).

- 5 km nordic walking – kobiety i mężczyźni. (Puchar Powiatu Grodziskiego w Nordic Walking).

- 5 km nordic walking – kobiety i mężczyźni. (Otwarte Mistrzostwa Mazowsza w Nordic Walking).

12.30 - oficjalne zakończenie zawodów.

## **13. KLASYFIKACJE I NAGRODY**

W biegu na dystansie 1 km będą prowadzone 2. klasyfikacje dzieci: urodzonych w latach 2004-2006 i 2007-2009.

3 najlepsze zawodniczki i 3. najlepszych zawodników z każdego biegu i nordic walking otrzymają statuetki.

Każda osoba, która ukończy bieg lub nordic walking, otrzyma pamiątkowy medal.

Bieg na dystansie 5 km i 5 km nordic walking wlicza się do Pucharu Powiatu Grodziskiego w Biegach i Nordic Walking. <http://biegigrodzisk.pl/puchar-powiatu-biegi-nw>

Najlepsza zawodniczka i najlepszy zawodnik z każdego biegu zdobędzie tytuł Mistrzyni i Mistrza Grodziska Mazowieckiego w Biegu Ulicznym na danym dystansie.

Najlepsza zawodniczka i najlepszy zawodnik nordic walking zdobędzie tytuł Mistrzyni i Mistrza Grodziska Mazowieckiego w Nordic Walking oraz tytuł Mistrzyni i Mistrza Mazowsza w Nordic Walking.

#### **14. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Biegi i nordic walking odbędą się bez względu na pogodę.

Organizator zapewnia szatnie i depozyt.

Trasa zawodów nie posiada atestu.

By zostać sklasyfikowanym należy ukończyć bieg lub nordic walking w odpowiednim limicie czasowym.

Wszyscy uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora w razie zaistnienia zdarzeń losowych.

Organizator zapewnia ratowników medycznych.

Organizator nie ubezpiecza zawodników.

Oficjalne wyniki biegów i nordic walking zostaną zamieszczone na stronie internetowej organizatora [www.biegigrodzisk.pl](http://www.biegigrodzisk.pl)

W przypadku odwołania zawodów z przyczyn niezależnych od organizatora, organizator zwróci niezwłocznie wpłaty uczestnikom, na podane konta.

Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania regulaminu.

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

Dodatkowe informacje można uzyskać mailowo: [info@biegigrodzisk.pl](mailto:info@biegigrodzisk.pl)

Organizator zastrzega sobie prawo do wykorzystania materiałów filmowych i zdjęć wykonanych podczas trwania imprezy.

Dokonując zapisu lub dokonując opłaty startowej uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych zawartych w formularzu dla potrzeb procesu rejestracji i opracowania wyników końcowych, zgodnie z ustawą z dnia 29.08.1997 r. o Ochronie Danych Osobowych, tekst jednolity: Dz. U. z 2002 r., Nr 101, poz. 926 z późniejszymi zmianami.