

Regulamin LRCT Kosakowo 2018

1. Co to jest Laser Run?

Laser-Run jest najnowszym oryginalnym dziełem UIPM (Międzynarodowej Organizacji Pięcioboju Nowoczesnego) pochodzi z połączenia biegania i strzelania, ostatniej konkurencji pełnego Pięcioboju Nowoczesnego. Konkurencja weszła do rywalizacji w 2015 roku. W zawodach mogą uczestniczyć osoby w wieku od 8 do 80 lat.

Laser-Run łączy bieganie i strzelanie w szybkich i dynamicznych wyścigach, bieganie odbywa się w rundach 2x400 metrów, 3x400 metrów, 4x400 metrów w tym od dwóch do czterech rund strzelania z pistoletu laserowego z odległości 5 metrów. Zawodnicy muszą trafić cel 5 razy, zanim będą mogli biegać. Całkowita liczba trafień dla biegających wynosi 10, 15, 20, a całkowity dystans do pokonania to 800, 1200 lub 1600 metrów.

Przebieg wyścigu:

Uczestnicy rozpoczynają wyścig krótkim sprintem 10-20 metrów na strzelnicę. Na strzelnicy z przygotowanego pistoletu laserowego, strzelają do tarczy, dopóki nie zarejestrują 5 udanych trafień w czarne pole o średnicy 5,95cm w czasie 50 sekund. Strzelnicę można opuścić po uzyskaniu 5 trafień lub upłynięciu 50 sekund w zależności od tego, co nastąpi wcześniej. Następnie pokonują obwód o długości 400 metrów, powracając do strzelnicy do drugiej rundy strzelania. Pokonują ten obwód dwa, trzy lub cztery razy na przemian, biegając i strzelając w zależności od kategorii wiekowej.



1. Organizator

- Pomorski Okręgowy Związek Pięcioboju Nowoczesnego,
- UIPM (Międzynarodowa Organizacja Pięcioboju Nowoczesnego),
- Gmina Kosakowo,
- Międzyszkolny Uczniowski Klub Sportowy „Kosakowo”.

2. Cel imprezy

- Popularyzacja biegania i strzelania jako nowej dyscypliny sportu.
- Podnoszenie sprawności fizycznej oraz rywalizacja wśród dzieci i młodzieży.
- Propagowanie zdrowego stylu życia.
- Promocja Gminy Kosakowo oraz Starostwa Puck.
- Integracja społeczności lokalnej.

3. Data i miejsce zawodów.

Data: 04.08.2018

Centrum Sportowe Kosakowo

ul. Żeromskiego 11, 81-198 Kosakowo

4. Biuro zawodów, odbiór pakietów startowych.

- Biuro zawodów będzie czynne w dniu imprezy od godz. 7:30.
- Centrum Sportowe Kosakowo , adres: ul. Żeromskiego 11, 81-198 Kosakowo

5. Kategorie wiekowe i dystanse.

W zależności od kategorii wiekowej zawodnicy mają do pokonania:

Kategorie wiekowe	Roczniki	Dystans	Serie strzeleckie
U11 9-10 lat	2008-2009	2 x 400 metrów	2 x 5 trafień
U13 11-12 lat	2006-2007	3 x 400 metrów	3 x 5 trafień
U15 13-14 lat	2004-2005	3 x 400 metrów	3 x 5 trafień
U17 15-16 lat	2002-2003	3 x 400 metrów	3 x 5 trafień
U19 17-18 lat	2000-2001	4 x 400 metrów	4 x 5 trafień
Junior 19-21 lat	1997 – 1999	4 x 400 metrów	4 x 5 trafień
Senior 22-39 lat	1979 – 1996	4 x 400 metrów	4 x 5 trafień
Masters (40+)	1969 – 1978	3 x 400 metrów	3 x 5 trafień
Masters (50+)	1959 – 1968	2 x 400 metrów	2 x 5 trafień
Masters (60+)	Poniżej 1958	2 x 400 metrów	2 x 5 trafień



6. Trasa

- Trasa biegu będzie miała miejsce na obiektach Centrum Sportowego Kosakowo. Nowierzchnia – kostka brukowa oraz tartan.

7. Zgłoszenia do zawodów.

- Rejestracja odbywa się przez stronę internetową: <https://elektronicznezapisy.pl/event/2811/>
- Zawodnicy dokonując rejestracji i startując w zawodach oświadczają, że startują w zawodach na własną odpowiedzialność.

8. Wpisowe

Data	Kat. Wiekowe.	Oplata
13.05 – 31.05	Osoby do 16 lat (roczniki 2002-2018)	10,00 PLN
	Osoby powyżej 16 lat (roczniki 1938 - 2001)	20,00 PLN
1.06 – 30.06	Osoby do 16 lat (roczniki 2002-2018)	15,00 PLN
	Osoby powyżej 16 lat (roczniki 1938 - 2001)	25,00 PLN
1.07 – 28.07	Osoby do 16 lat (roczniki 2002-2018)	20,00 PLN
	Osoby powyżej 16 lat (roczniki 1938 - 2001)	30,00 PLN
W dniu imprezy (04.08)	Osoby do 16 lat (roczniki 2002-2018)	30,00 PLN
	Osoby powyżej 16 lat (roczniki 1938 - 2001)	40,00 PLN

Uwaga: Opłaty startowe można wносить tylko za pośrednictwem serwisu elektronicznezapisy.pl. Opłaty nie podlegają zwrotowi. Opłaty nie podlegają przekazaniu na poczet innego zawodnika.

9. Strzelanie, pistolety laserowe.

- Podczas zawodów zawodnicy będą korzystali ze strzelnicy.
- Organizator zapewnia pistolety laserowe (Pentashot Pistol GLS 17, Eco Aims PP300).
- Przed startem każdy z zawodników będzie miał przydzielone stanowisko strzeleckie oznaczone numerem. Na stanowisko strzeleckie składa się:
 - Stolik na którym znajduje się pistolet laserowy,
 - Tarcza oddalona o 5 metrów (oznaczona numerem odpowiadającym numerowi stanowiska strzeleckiego).
- Za stanowiskami strzeleckimi będą znajdowali się sędziowie. Każdy sędzia jest przyporządkowany do 2-3 stanowisk strzeleckich.
- Zawodnicy są zobowiązani do wykonywania poleceń wydawanych przez sędziów.
- Sędzia informuje uczestników o czasie po którym mogą opuścić strzelnicę i kontynuować bieg jeżeli nie udało im się trafić pięciokrotnie w tarcze.



- **Zabronione jest oddalanie się ze stanowiska strzeleckiego razem z pistoletem.**
- **Zabronione jest spoglądanie bezpośrednio w wiązkę lasera.**
- **Zabronione jest celowanie do ludzi, zwierząt, samolotów, samochodów, okien i innych podobnych obiektów.**
- Zabronione jest dotykanie soczewki lasera znajdującej się na końcu lufy.
- Użycie pistoletów laserowych jest dozwolone tylko na stanowiskach strzeleckich.
- Zabronione jest rzucanie pistoletem lub uderzanie o twarde przedmioty.

Instrukcje do pistoletów dostępnych podczas zawodów:

Pentashot Pistol GLS 17 - <http://www.pentashot.eu/Public/Files/Article/gls-17-instrukcja-obslugi.pdf>

Eco Aims PP300 - <https://seafire.biathlontargets.com/f/9eae91dc80/>

10. Program minutowy.

07:30 – Otwarcie biura zawodów.

09:00 – Oficjalne otwarcie zawodów.

09:10 – Start pierwszej kategorii wiekowej reszta wg. porządku:

Godz.	Kategoria wiekowa	Roczniki	Dystans	Serie strzeleckie
09:10	U11	2008-2009	2 x 400 metrów	2 x 5 trafień
09:30	U13	2006-2007	3 x 400 metrów	3 x 5 trafień
09:50	U15	2004-2005	3 x 400 metrów	3 x 5 trafień
10:10	U17	2002-2003	3 x 400 metrów	3 x 5 trafień
10:30	U19	2000-2001	4 x 400 metrów	4 x 5 trafień
10:50	Junior	1997 – 1999	4 x 400 metrów	4 x 5 trafień
11:10	Senior	1979 – 1996	4 x 400 metrów	4 x 5 trafień
11:30	Masters (40+)	1969 – 1978	3 x 400 metrów	3 x 5 trafień
11:50	Masters (50+)	1959 – 1968	2 x 400 metrów	2 x 5 trafień
12:10	Masters (60+)	Poniżej 1958	2 x 400 metrów	2 x 5 trafień

13:00 – Wręczenie nagród.

Przedstawione godziny startów są orientacyjne i mogą ulec opóźnieniu, jednakże zaznaczamy, że wydawanie pakietów startowych kończy się 30 minut przed startem danej kategorii wiekowej.



11. Nagrody

- Każdy uczestnik wyścigu otrzyma pamiątkowy medal na mecie.
- Pierwsze trójki w poszczególnych kategoriach wiekowych z podziałem na mężczyzn i kobiety otrzymają drobne upominki (kat. do lat 16) lub puchary (kat. powyżej 16 lat).

12. Postanowienia końcowe.

- i. W celu weryfikacji każdy zawodnik lub rodzic/opiekun musi zgłosić się osobiście do biura zawodów.
- ii. Każdy zawodnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność, co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w zawodach.
- iii. Każdy zawodnik musi wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym.
- iv. Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga sędzia główny zawodów.
- v. Zdjęcia wykonane podczas imprezy mogą być wykorzystane w materiałach reklamowych zawodów.
- vi. Zgłoszenie do zawodów jest równoznaczne z akceptacją regulaminu.
- vii. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- viii. Nieprzestrzeganie reegulaminu może być powodem dyskwalifikacji zawodnika.
- ix. Uczestnicy imprezy zobowiązani są do posiadania ubezpieczenia NNW we własnym zakresie.
- x. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione podczas imprezy i za szkody wyrządzone przez uczestników.
- xi. W depozycie nie można pozostawiać rzeczy wartościowych.
- xii. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem zawodów i zobowiązany jest do jego przestrzegania.
- xiii. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatorów.

13. Kontakt do organizatora.

Organizator główny – Jan Szymczuk, tel. 500 183 643

Zapisy – Rafał Szymczuk, tel. 502 060 163

E-mail: kontakt@pozpn.pl

GMINA KOSAKOWO

