

REGULAMIN

5. GRODZISKICH BIEGÓW RODZINNYCH

1. CEL

Popularyzacja biegania oraz nordic walking jako najprostszych form aktywności fizycznej.

Promocja Gminy Grodzisk Mazowiecki.

2. TERMIN I MIEJSCE

28 kwietnia 2019 r. godz. 10.00.

Chlebnia, gm. Grodzisk Mazowiecki. Świetlica Wiejska.

3. BIURO ZAWODÓW

Biuro Zawodów będzie mieściło się w Świetlicy Wiejskiej w Chlebni, gm. Grodzisk Mazowiecki.

Biuro będzie czynne w dniu zawodów od godz. 08.00.

4. ORGANIZATOR

Klub Sportowy BIEGI 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.

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

5 km i 5 km - nordic walking. Trasa biegu i marszu została wyznaczona po dużej pętli (2,5 km).

10 km - rolki. Trasa biegu została wyznaczona po dużej pętli (2,5 km).

7. LIMIT CZASU

Limity na pokonanie dystansów:

- 1 km i 1 km – rolki – 10 min.

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

- 10 km - rolki – 60 min.

Po przekroczeniu limitu zawodnik zobowiązany jest opuścić trasę.

8. WARUNKI UCZESTNICTWA

Uczestnikami biegów są zgłoszone osoby, startujące z numerami startowymi i chipami. Rodziny (minimum 3 osoby, w tym 1 osoba dorosła + 2 dzieci lub 2 osoby dorosłe + 1 dziecko) oraz osoby indywidualne.

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

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

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

W biegach na dystansach 5 km i 10 km – rolki mogą brać udział osoby urodzone w roku 2003 i w latach wcześniejszych.

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

Wszystkie osoby startujące w biegach i nordic walking muszą zostać zweryfikowane w Biurze Zawodów, co stanowi warunek dopuszczenia osoby 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, agrafki, chip, ewentualnie niespodzianki od sponsorów).

Warunkiem uczestnictwa w biegu rolkarzy, jest posiadanie i użycie podczas biegu kasku ochronnego na głowę.

Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania regulaminu zawodów.

9. LIMIT ZAWODNIKÓW

200 m - 25 osób.

200 m – rolki – 25 osób.

400 m - 25 osób.

400 m – rolki - 25 osób.

1 km - 25 osób.

1 km – rolki - 25 osób.

5 km - 50 osób.

5 km - nordic walking – 50 osób.

10 km – rolki - 50 osób.

Decyduje kolejność zapisów i dokonania opłat.

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

10. ZGŁOSZENIA

Elektroniczne, poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego pod linkiem umieszczonym na stronie organizatora www.biegigrodzisk.pl

W przypadku wolnych miejsc, w Biurze Zawodów.

11. OPŁATA STARTOWA

5 km i 5 km – nordic walking oraz 10 km – rolki - 40 zł od osoby.

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

200 m, 200 m – rolki, 400 m, 400 m – rolki, 1 km i 1 km – rolki – 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

Opłatę startową należy uiścić w ciągu 3. dni od momentu zapisu, gdyż organizator, ze względu na limit miejsc, ma prawo usunąć osobę z listy startowej z powodu braku wpłaty.

Opłata startowa w przypadku rezygnacji osoby nie podlega zwrotowi oraz nie ma możliwości przepisania opłaty startowej na inną osobę.

12. PROGRAM 5. Grodzkich Biegów Rodzinnych

08.00 - otwarcie Biura Zawodów.

09.45 – rozgrzewka (200 m, 200 m – rolki, 400 m i 400 m - rolki).

10.00 – start biegów na 200 m.

I seria – dziewczynki.

II seria – chłopcy.

10.15 – start biegów na 200 m - rolki.

I seria – dziewczynki.

II seria – chłopcy.

10.30 – start biegów na 400 m.

I seria – dziewczynki.

II seria – chłopcy.

10.45 – start biegów na 400 m - rolki.

I seria – dziewczynki.

II seria – chłopcy.

11.00 – rozgrzewka (1 km, 1 km - rolki, 5 km, 5 km – nordic walking)

11.15 – start biegu na 1 km.

11.30 – start biegu na 1 km - rolki.

11.45 - start biegu na 5 km i 5 km - nordic walking.

- 12.45 – rozgrzewka (10 km - rolki)
- 13.00 - start biegu na 10 km - rolki.
- 14.00 - dekoracje zwycięzców.
- 200 m – dziewczynki i chłopcy.
 - 200 m – dziewczynki i chłopcy – rolki.
 - 400 m – dziewczynki i chłopcy.
 - 400 m – dziewczynki i chłopcy – rolki.
 - 1 km – dziewczęta i chłopcy. (2007-2009).
 - 1 km – dziewczęta i chłopcy. (2007-2009) – rolki.
 - 1 km – dziewczęta i chłopcy. (2006-2004).
 - 1 km – dziewczęta i chłopcy. (2006-2004) – rolki.
 - 5 km – kobiety i mężczyźni.
 - 5 km nordic walking – kobiety i mężczyźni.
 - 10 km – kobiety i mężczyźni - rolki.
 - Rodziny.
 - Rodziny – nordic walking.
 - Rodziny – rolki.
- 15:00 - oficjalne zakończenie zawodów.

13. KLASYFIKACJE I NAGRODY

3. najlepsze osoby z rodziny (w tym 1. osoba dorosła + 2. dzieci lub 2. osoby dorosłe + 1. dziecko) otrzymają punkty za zdobyte miejsce w swoim biegu (1. miejsce – 1 pkt, 10. miejsce – 10 pkt, itd.)

Do klasyfikacji rodzinnej zaliczają się miejsca w biegach na dystansie: 1 km, 5 km.

Do klasyfikacji rodzinnej – nordic walking zaliczają się miejsca na dystansie 5 km – nordic walking.

Do klasyfikacji rodzinnej – rolki zaliczają się miejsca w biegach na dystansie 1 km i 10 km - rolki.

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

Wygra rodzina, która zdobędzie najmniej punktów.

W przypadku równej ilości punktów decydują punkty zdobyte przez najlepszą osobę w biegu na dystansie 5 km, 10 km – rolki oraz 5 km – nordic walking.

3 najlepsze rodziny oraz 3 najlepsze kobiety i 3. najlepszych mężczyzn z każdego biegu i nordic walking otrzymają puchary.

Każda osoba, która ukończy bieg i marsz, otrzyma pamiątkowy medal.

Bieg na dystansie 1 km i 5 km oraz 5 km nordic walking wlicza się do Pucharu Powiatu Grodziskiego w Biegach i Nordic Walking. <http://biegigrodzisk.pl/puchar-powiatu-biegi-nw>

14. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

Zawody odbędą się bez względu na pogodę.

Organizator zapewnia szatnie i depozyt.

Trasa zawodów nie posiada atestu.

By zostać sklasyfikowanym należy ukończyć zawody 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 uczestników.

Oficjalne wyniki zawodów zostaną zamieszczone na stronie internetowej organizatora www.biegigrodzisk.pl

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

Wszyscy uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania regulaminu.

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

Dodatkowe informacje można uzyskać mailowo: 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.