REGULAMIN

I STAROPOLSKI BIEG ORAZ MARSZ NORDIC WALKING

„ŻYJ ZDROWO”

I. ORGANIZATOR:

1. Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

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

II. WSPÓŁOGRANIZATOR:

1. Zespół Szkół w Starym Polu

III. CEL:

1. Promocja gminy Stare Pole oraz uczestnictwo w imprezach masowych.
2. Propagowanie aktywnych form wypoczynku i uczestnictwa w zamierzeniach sportu powszechnego.
3. Upowszechnienie biegania i marszu, jako najprostszej formy ruchu.
4. Promocja aktywności fizycznej wśród mieszkańców gminy Stare Pole i okolic.

IV. PATRONAT HONOROWY:

1. **Marek SZCZYPIOR –** Wójt Gminy Stare Pole

V. KOMITET HONOROWY

1. **Mirosław CZAPLA –** Starosta Powiatu Malborskiego
2. **bryg. Adam ZIELIŃSKI –** Komendant Powiatowy PSP w Malborku
3. **mł. insp. Michał ZAPOLSKI** – Komendant Powiatowej Policji w Malborku
4. **ppłk Arkadiusz KULIK –** Komendant Placówki Straży Granicznej w Elblągu

VI. PATRONAT MEDIALNY

1. TV Malbork
2. Radio Malbork
3. Dziennik Bałtycki
4. Gazeta Malborska
5. Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Starym Polu

VII. TERMIN I MIESJCE:

1. 30 kwietnia 2016 roku w Starym Polu, start godz. 15:00
2. Start oraz meta biegu i marszu: Stadion sportowo – rekreacyjny ul. Bema 6
3. Trasa biegu i marszu: - ta sama co bieg
4. Trasa będzie posiadała oznaczony każdy kilometr
5. Zapisy do biegu i marszu do dnia 22 kwietnia 2016 roku

Limit czasu:

1. Limit czasu dla biegu i marszu wynosi 1,5 h (słownie: jedna godzina i 30 minut).
2. Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy i zdjęcia numerku.
3. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialności 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 lekarza, punkt medyczny i karetkę na mecie biegów.

VIII. ZASADY UCZESTNICTWA:

1. W biegu głównym na dystansie 5 km może wziąć udział każda osoba, która najpóźniej w dniu rozgrywania imprezy ukończy 16 lat.
2. W Nordic Walking wszystkie roczniki pod warunkiem opieki osoby pełnoletniej.
3. Zawodnicy dokonujący rejestracji i startujący w zawodach oświadczają, że biorą w nich udział na własną odpowiedzialność.
4. **UWAGA!** Limit uczestników w biegu i marszu wynosi – brak limitu!
5. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu oraz marszu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów, które będzie się mieścić na stadionie sportowym w Starym Polu.
6. Biuro będzie czynne: w sobotę 30 kwietnia 2016r. w godzinach 10:00 – 14:00.
7. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku.
8. 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.

9. 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).

10. Decyzje lekarskie dotyczące dopuszczenia do biegu oraz marszu i jego kontynuowania są ostateczne i nieodwołalne.

11. Uczestnicy imprezy biorą udział w biegu i marszu na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.

12. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i marszu i jest zobowiązany do jego przestrzegania.

13. Pobranie numeru startowego i podpisanie oświadczenia przez zawodnika jest równoważne z akceptacją regulaminu biegu i marszu.

14. W dniu biegu będzie czynny magazyn depozytów, gdzie będzie można złożyć rzeczy osobiste zawodników zapakowane do worów dostarczonych przez organizatora. **Magazyn będzie czynny w godzinach 10:00 – 17:30**. 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.

15. Zawodnicy będą mieć możliwość bezpłatnego korzystania z umywalni i toalet znajdujących się na stadionie sportowym, oraz przy hali sportowej Zespołu Szkół w Starym Polu.

IX. PROGRAM IMPREZY:

PROGRAM MINUTOWY DLA BIEGU GŁÓWNEGO:

10: 00 – 14: 00 – Otwarcie biura zawodów

14: 30 – Wspólna rozgrzewka z Justyną KONKOLEWSKĄ

14: 50 – Uroczyste otwarcie przez Marka SZCZYPIORA - Wójta Gminy Stare Pole

15: 00 **Start Biegu Głównego**, w pierwszej kolejności startują biegacze, a tuż za nimi osoby maszerujące, każda forma pokonania jest możliwa: bieg, marsz Nordic Walking.

16: 30 – Zakończenie regulaminowe biegu i marszu.

30 minut po ostatnim uczestniku, który przekroczy linię mety – ceremonia dekoracyjna i zakończenie imprezy.

X. OPŁATA STARTOWA:

1. Opłata startowa za udział w biegu i marszu wynosi:

-30 PLN

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

2. 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”

3. W przypadku opłat startowych wniesionych na konto organizatora po 22.04.2016r. konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w Biurze Zawodów dowodu wpłaty w formie wydruku oraz wcześniejsze przesłanie na adres mailowy potwierdzenia wpłaty na konto.
4. 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.
5. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu głównego otrzymuje:

   -numer startowy wraz z czterema agrafkami;

   -posiłek regeneracyjny;

   -unikatowy medal na mecie;

   -szanse na atrakcyjną nagrodę w losowaniu po ceremonii dekoracyjnej.

XI. KLASYFIKACJA BIEGU:

UWAGA: Zaliczające zawodnika do odpowiedniej kategorii wiekowej, przyjmuje się rok urodzenia, a nie dokładną datę urodzenia.

1. Klasyfikacja w kategorii wiekowej kobiet:

KAT.	ROCZNIK:	MIEJSCA:
K-16/20	Roczniki 1999-1986	1-3
K-30	Roczniki 1985-1976	1-3
K-40	Roczniki 1975-1966	1-3
K-50	Roczniki 1965 i starsze	1-3

2. **Klasyfikacja w kategoriach wiekowych mężczyzn:**

KAT.	ROCZNIK:	MIEJSCA:
M-16/20	Roczniki 1999-1986	1-3
M-30	Roczniki 1985-1976	1-3
M-40	Roczniki 1975-1966	1-3
M-50	Roczniki 1965-1956	1-3
M-60	Roczniki 1955 i starsi	1-3

3. **Klasyfikacja Nordic Walking (open):**

KAT:	MIEJSCA:
K	1-7
M	1-7

X. POSTANOWIENIA KONCOWE:

1. Wszystkich uczestników obowiązuje niniejszy regulamin.

2. Pomiar czasu zostanie przeprowadzony za pomocą chipów.

3. Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, pod karą dyskwalifikacji.

4. Każdy uczestnik biegu i marszu jest zobowiązany do zapoznania się z mapą przebiegu trasy.

5. Organizator zapewnia doraźną opiekę medyczną na trasie i mecie biegu i marszu.

6. Organizator zapewnia szatnie z natryskami.

7. Organizator zapewnia depozyt.

8. Uczestnicy zawodów nie są ubezpieczeni od nieszczęśliwych wypadków.

9. Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione w trakcie imprezy.

10. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.

11. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.

12. W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga organizator.

Dyrektor Gminnego Ośrodka Kultury i Sportu w Starym Polu