

## **IV PUSTYNNNA OŚMIORNICA**

### **REGULAMIN**

#### **1.Cel imprezy:**

- Upowszechnienie biegania oraz Nordic Walking jako prostych form aktywności fizycznej.
- Promocja walorów turystycznych i krajobrazowych Gminy Janów i Pustyni Siedleckiej.

#### **2.Organizatorzy i władze Pustynnej Ośmiornicy:**

- Kabex LKS Podkowa w Janowie
- Związek Gmin Jurajskich-Adam Markowski patronat imprezy
- Starostwo Powiatowe w Częstochowie
- Radosław Tomzik kierownik trasy
- UKS Leśne Ludki Żarki Letnisko

#### **3.Termin i miejsce:**

20.05.2018 Siedlec- Gmina Janów

Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Siedlcu

Siedlec, ul. Szkolna 8

42-253 Janów

#### **4.Trasa i dystans:**

-Trasa biegu i nordic walking w całości o podłożu piaszczystym z ostrymi podbiegami i zbiegami.

- Dystans nordic walking 4000 m.

-Dystans biegu 8000m.

#### **5.Uczestnicy zawodów:**

-uczestnikami zawodów mogą być osoby które w dniu zawodów ukończą 16 lat(bieg), w zawodach nordic walking bez ograniczenia wiekowego.

-osoby niepełnoletnie muszą posiadać pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego wraz z numerem PESEL . Warunkiem dopuszczenia osoby niepełnoletniej jest podpisanie przez rodzica lub opiekuna stosownego oświadczenia w BIURZE ZAWODÓW.

**-W konkurencji biegowej wprowadza się następujące kategorie:**

- OPEN 1-5 miejsca kobiet i mężczyzn

**-W konkurencji nordic walking wprowadza się następujące kategorie:**

- Kategoria szkoły podstawowe( rocznik 2007-2005)
- Kategoria rocznik 2004 - 2002
- W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 2001 do 1988
- W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 1987 do 1978
- W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 1977 do 1968
- W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 1967 do 1958
- W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 1957 i starsi
- Open

Wprowadza się limity uczestników:

-bieg -100 osób

-nordic walking – bez limitów

## **6.Zgłoszenia:**

-Zgłoszenia zawodników będą przyjmowane drogą elektroniczną poprzez formularz rejestracyjny udostępniony na stronie: [WWW.chodzezkijami.pl](http://WWW.chodzezkijami.pl), [WWW.maratynypolskie.pl](http://WWW.maratynypolskie.pl).

-Za kompletne zgłoszenie przyjmuje się wypełnienie formularza rejestracyjnego i dokonanie przelewu opłaty startowej na podane konto do dnia 15 maja 2018 r.

-W dniu zawodów zgłoszenia będą przyjmowane po uiszczeniu opłaty startowej w wysokości 80zł.

## **7.Opłata startowa:**

-Wpisowe na start w zawodach płatne przelewem na konto: 47 1140 2004 0000 3202 5102 2130, Krzysztof Kozik, ul. Żarecka 11

-Tytuł wpłaty : Pustynna Ośmiornica-Imię nazwisko, konkurencja(bieg, nordic walking)

-Wysokość opłaty startowej: 35 zł do 15 maja . Po terminie opłata wynosić będzie 80 zł.

## **8.Nagrody:**

-W konkurencji bieg 1-5 miejsca kobiet i mężczyzn: puchary, dyplomy, nagrody rzeczowe.

-W konkurencji nordic walking pierwsze 3 miejsca w kategoriach wiekowych i open: puchary, dyplomu, nagrody rzeczowe.

-Każdy uczestnik przekraczający linię mety otrzyma pamiątkowy medal.

### **9.Uwagi i informacje:**

-Zawody zostaną rozegrane bez względu na warunki atmosferyczne

-Zawodnicy startują z przypiętymi numerami na piersi

-Opłata startowa nie podlega zwrotowi

-Brak właściwie przymocowanego numeru w jakim kol wiek momencie trasy będzie skutkowało dyskwalifikacją

-Zawodnicy w biegu i marszu poruszają się tylko wyznaczoną trasą

-Uczestnicy konkurencji NW pokonują trasę marszem, z kijkami

**-Marsz NW jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem.**

-Nad bezpieczeństwem uczestników opiekę będą pełnili ratownicy medyczni

-Obowiązuje zakaz startu pod wpływem alkoholu i środków odurzających

-Organizator ze względu na ekstremalne warunki nie zapewnia szatni i depozytu

-Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie trwania imprezy

- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w marszu lub biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze materialnym.

- Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

- Zaleca się uczestnikom przeprowadzenie odpowiednich badań lekarskich i ubezpieczenie we własnym zakresie.

- Podpisanie zgłoszenia jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz wyrażeniem zgody na przetwarzanie ich danych osobowych i przetwarzanie ich w przekazach radiowych i telewizyjnych i drukowanych(imię , nazwisko, data urodzenia, adres, klub)w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów

- Należy przestrzegać zasad ochrony przyrody i przepisów przeciwpożarowych, dbać o porządek w miejscu zawodów
- W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator
- Organizator może skorzystać z prawa dokonywania zmian w regulaminie

**Dokładne informacje :Tel. 694 593 046 , 724 455 987**