



Gmina Łomża

Regulamin „IV Półmaraton Łomża-Siemień-Giełczyn 2017” Pod Honorowym Patronatem Prezydenta Miasta Łomży

Organizatorem imprezy jest Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Sportu dla Wszystkich „Biegamy dla Zdrowia” wpisana do Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem KRS 0000531362 z siedzibą w Łomży oraz Urząd Miasta Stary Rynek 14, 18 – 400 Łomża, Gmina Łomża.

Imprezę zrealizowano przy wsparciu finansowym Urzędu Miasta Łomża.

Termin i Miejsce: Zawody odbędą się 24 września 2017r. o godz. 12:00.

Start biegów na dystansie 21km i 14 km odbędzie się spod Ratusza Rynek Starego w Łomży a na 5 km w Giełczynie na skrzyżowaniu ulic : ul. Leśna i ul. Jałowcowa.

Punkty nawadniania na 7km i 14km trasy.

Uczestnictwo: W biegu głównym na dystansie półmaratonu może wziąć udział każdy, kto ukończył 18 rok życia. Dokona pełnej rejestracji : Imię Nazwisko, data urodzenia, adres zamieszkania, tel. lub e-mail do kontaktu oraz dokona opłaty startowej na konto organizatora: nr 40 2030 0045 1110 0000 0396 6200 - „Biegamy dla Zdrowia- Giełczyn”
W pozostałych biegach może wziąć udział każdy bez względu na stopień wytrenowania i wiek.

Opłata wpisowa wynosi : 50zł do 31.08.2017r. (+ 20zł od osoby towarzyszącej)

60zł od 01.09.2017r. do 18.09.2017r. (+ 20zł od osoby towarzyszącej)

W dniu imprezy zgłoszenia nie będą przyjmowane. Klubowicze „Biegamy dla Zdrowia” oraz mieszkańcy Giełczyna opłacają 50% .

Opłata raz wniesiona nie podlega zwrotowi jednak można ją przenieść na innego uczestnika.

Zgłoszenie uczestnika ważne jest przez 3 dni jeżeli nie zostanie dokonana opłata wpisowa po tym terminie zgłoszenie zawodnika może zostać usunięte.

Każdy zawodnik otrzymuje pakiet startowy a w nim: bawełniana koszulka, skarpetki biegowe, chałwa i izotonik na mecie - w dniu imprezy pakiet startowe będzie można odebrać tylko w Biurze Zawodów w Giełczynie od godz. 9:00 do 11:15 . Pakiety startowe nieodebrane w Biurze Zawodów nie będą wysyłane ani wydawane w terminie późniejszym. Warunkiem otrzymania nagród jest

osobisty udział w ceremonii dekoracji – w przypadku braku nagrodzonych zawodników nagrody przepadają i nie będą wręczone. Nagrody nie odebrane po dekoracji przechodzą na cele charytatywne.

Po skończonym biegu wszyscy zawodnicy otrzymują ciepły posiłek i zaproszeni są na piknik. Opłata dla osób towarzyszących wynosi 20zł i (opłatę wnosi się razem z wpisowym) w tej opłacie będzie przygotowany m.in. talon na ciepły posiłek+ piknik. Zawodnicy/osoby towarzyszące nie mające identyfikatorów nie będą wpuszczani na teren biura zawodów. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numer startowy przymocowany do koszulki na klatce piersiowej, skracanie trasy powoduje dyskwalifikację, biegi odbywać się będą bez względu na pogodę, organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione w świetlicy. Numery startowe są własnością Stowarzyszenia obowiązkowo do zwrotu dla pani Jadzi która wyda obiad. Pomieszczenia sanitarne **nie posiadają pryszniców** tylko umywalki. Do startu zostaną dopuszczone osoby, które posiadają aktualne badania lekarskie, lub podpiszą oświadczenie, że startują na własną odpowiedzialność.

– zapisy <https://elektronicznezapisy.pl/event/1968/strona.html> oraz www.biegamydlazdrowia.pl
: informacje pod tel. 608 273 692

Program minutowy w dniu zawodów:

od godz.9:00 otwarcie biura zawodów – świetlica w Giełczynie ul. Spokojna

o godz. 11:15 zamknięcie biura zawodów.

O godz. 11:20 wyjazd z pod świetlicy autokarów na linie startu do Łomży biegów na 10km i 21km

o godz. 12:00 start ostry na dystansach 21km i 14km – Łomża Stary Rynek , i 5km – start Giełczyn ul. Leśna ok. godz. 15:30 dekoracja zwycięzców.

ok. godz. 16:00 część piknikowa, święto pieczonego ziemniaka + degustacja „regionalnych wyrobów” Organizator zwraca się z prośbą o zabranie ze sobą własnych krzesełek turystycznych co by wygodnie posiedzieć przy ognisku.

Nagrody : dla wszystkich uczestników (zgłoszonych do 17.09.2017r) Imienny medal oraz nagrody na dystansie 21km w kategoriach wiekowych I-18-24; II-25-29; III-30-34; IV-35-39 ; V-40-44; VI-45-49; VII-50-54; VIII -55-59; IX-60-64; X-65-69; XI-70lat i starsi + nagrody. Dla zawodników zagranicznych wprowadza się jedną oddzielną kategorię i oddzielne nagrody, będą to produkty regionalne w postaci nagród rzeczowych takich jak miód, ćwikła itp. itd.

W biegach na 10km i 5km prowadzona będzie tylko klasyfikacja OPEN I-III M-c z podziałem na Kobiety i Mężczyźni.

Nagrody rzeczowe zostaną rozdane wśród wszystkich uczestników w/w komunikatu końcowego z kat. wiekowej, którzy ukończyli bieg i są obecni podczas rozdawania osobiście.

Trasa Półmaratonu i 10km będzie odbywała się z zatrzymaniem ruchu drogowego, **na wydzielonym pasie po prawej stronie w 1/2 pasie ruchu drogowego**, pachołki po lewej stronie, prosimy zachowanie szczególnej ostrożności na odcinkach skrzyżowań z innymi ulicami. Ustąpić pierwszeństwa ewentualnym pojazdom poruszającym się po trasie biegu. **Zawodnicy bezwzględnie muszą stosować się do poleceń służb zabezpieczających.** Trasa na odcinku: ul. Stary Rynek start i (okrążamy rynek 1 raz) potem prosto w ul. Woźniowska i w ul. Pl. Zielony i w prawo ul. Rybaki i prosto w ul. Zdrojowa prosto do miejscowości Siemień i w prawo w kierunku Giełczyna gdzie już zaczynają się szutry i lasy dla Półmaratonu a meta dla dystansu 14km. Dystans 21km biegnie leśnymi drogami 3,5km gdzie zawracamy na metę w Giełczynie.

Niniejszy regulamin może być rozszerzony i dodane dodatkowe punkty – w sprawach spornych decyzje podejmuje Komisja Sportowa złożona z przedstawicieli organizatorów imprezy.

Wszelkie dodatkowe informacje u dyrektora organizacyjnego
Mariusz Pozdrawiam tel. 608 273 692.