



REGULAMIN
BIEG TROPEM WILCZYM PAMIĘCI ŻOŁNIERZY WYKLĘTYCH
POD TYTUŁEM „BIEGNĘ Z HONOREM” .

**Płońsk 01.03.2020 (Niedziela) Park 120-lecia Banku Spółdzielczego (Błonia koło
targowiska Manhattan)**

1.Cel: Propagowanie zdrowego stylu życia, wykorzystanie terenów zielonych. Promocja Miasta Płońsk i Powiatu Płońskiego. Upamiętnienie Żołnierzy Wyklętych, którzy walczyli dla nas o Wolną Ojczyznę.

Organizator wydarzenia: Stowarzyszenie Lokalni Płońsk, Urząd Miasta Płońsk, Starostwo Powiatowe w Płońsku

2. Partnerzy medialni: Radio Płońsk, Gazeta Lokalna Płończak

3. Termin i miejsce: 01.03.2020r. Park 120-lecia Banku Spółdzielczego- Błonia koło Targowiska Manhattan

4. Bieg Dystanse:

a) Bieg Główny 5000m (5 km)

b) Marsz Nordic Walking 5000 m (5 km)

5. Rejestracja biegaczy: Rejestracja zawodników odbędzie się drogą elektroniczną przez stronę:

Elektronicznezapisy.pl.<https://elektronicznezapisy.pl/event/4153.html>

6.BIURO ZAWODÓW

a. Zgłoszenia udziału w biegu Tropem Wilczym Pamięci Żołnierzy Wyklętych wyłącznie za pośrednictwem strony elektronicznezapisy.pl do dnia 27.02.2020 r. lub do wyczerpania limitu miejsc.

b. Zgłoszenia będą przyjmowane również w dniu zawodów (o ile będą jeszcze miejsca) w godzinach 9:30-10:45 w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty, w przypadku osób niepełnoletnich legitymację szkolną. Każdy uczestnik biegu zobowiązany jest do wypełnienia i podpisania formularza zgłoszeniowego Jak również klauzuli RODO.

c. Opłata startowa uczestników zapisanych przez elektronicznezapisy.pl wynosić będzie 20 zł Bieg Główny oraz Nordic Walking.

W dniu zawodów o ile będą miejsca opłata startowa ulegnie zmianie i wynosić będzie 30 zł Bieg Główny oraz Marsz Nordic Walking.

7.Program Minutowy:

9:30- 10:45 - Przyjmowanie zgłoszeń w biurze zawodów wydawanie numerów startowych.

11:00-11:20 - Rozgrzewka uczestników.

11:30 -12:15 - Start Biegu Głównego dystans 5 km

12:25 -13:25 - Start Marszu Nordic Walking dystans 5 km

13:35-14:00 - Dekoracja uczestników w klasyfikacji OPEN Nordic Walking i Biegu Głównego

14:10 - 14:30 -Wspólny posiłek.

15:00 - Zakończenie imprezy.

8. Warunki uczestnictwa:

Uczestnicy imprezy Bieg Tropem Wilczym Pamięci Żołnierzy Wyklętych pt. „ Biegnę z Honorem" którzy będą chcieli wziąć udział powinni zgłosić się w dniu 1.03.2020 r w biurze zawodów w godzinach 9:30 - 10:45 po odbiór numerków startowych, opłacić udział w imprezie w wysokości: Bieg główny oraz Nordic Walking 20 zł, limit na wszystkich dystansach jest ograniczony.

Bieg główny 60 uczestników

Nordic Walking 30 uczestników

- a) W biegu głównym na dystansie 5 km jak również w marszu Nordic Walking na dystansie 5 km mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy do dnia 1.03.2020 r ukończyli 16 rok życia.
- b) Biegacze poniżej 16 roku życia biorą udział w biegu głównym lub marszu Nordic Walking przynosząc ze sobą z wypełnioną deklaracją i podpis rodzica lub opiekuna prawnego na uczestnictwo w biegu lub w marszu oraz legitymację szkolną. Wiąże się to również z opłatą w biurze zawodów w wysokości 20 zł
- c) Każdy uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu bądź w marszu Nordic Walking wiąże się z wysiłkiem fizycznym. Każdy startuje na własną odpowiedzialność w biegu lub marszu..
- d) Numer startowy pobrany w biurze zawodów powinien być przypięty na ubraniu wierzchnim, w miejscu klatki piersiowej w widocznym miejscu. Osoby z zasłoniętym w całości lub częściowo numerem startowym nie będą klasyfikowani.
- e) Informacje dotyczące uczestnictwa w Biegu Tropem Wilczym Pamięci Żołnierzy Wyklętych pt. „Biegnę z Honorem” udziela koordynatorzy biegu :

Paweł Orzechowski 888 681 230

Monika Pawlak 535 464 178

Łukasz Biegalski 531 428 654

9. Nagrody: Dla wszystkich zawodników przewidziane są pamiątkowe medale. Zawodnicy, którzy uplasują się na pierwszych trzech miejscach w biegu głównym oraz w marszu Nordic Walking otrzymają pamiątkowe puchary.

10. Postanowienia Organizatora Biegu Tropem Wilczym Pamięci Żołnierzy Wyklętych pt. „ Biegnę z Honorem” :

- a) W sprawach spornych i nieujętych w regulaminie decydują organizatorzy.
- b) Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zagubione podczas imprezy
- c) Organizator udostępnia zawodnikom pomieszczenia do przebrania się oraz parking.
- d) Organizator zapewnia zabezpieczenie medyczne
- e) Dla wszystkich uczestników zapewniony będzie gorący posiłek i ciepła herbata.
- f) Organizator zastrzega sobie dokonania zmian w wyniku zaistnienia nieprzewidzianych i uzasadnionych okoliczności.
- g) Impreza Bieg Tropem Wilczym Pamięci Żołnierzy Wyklętych pt. „Biegnę z Honorem” będzie ubezpieczona od nieszczęśliwych wypadków.

h) Organizator przewiduje klasyfikację OPEN w Biegu Głównym i Nordic Walking.

i) Uczestnictwo tylko i wyłącznie w strojach sportowych. Osoby które nie dostosują się do punktu (I) nie będą dopuszczone do biegu jak też do marszu nordic walking.

Stowarzyszenie Lokalni Płońsk zachęca bardzo gorąco do wzięcia udziału w Biegu Tropem Wilczym Pamięci Żołnierzy Wyklętych pt. „Biegnę z Honorem”