

# REGULAMIN

## 4. GRODZISKICH BIEGÓW RODZINNYCH

### 1. CEL

Popularyzacja biegania oraz nordic walking jako najprostszych form aktywności fizycznej.

Promocja Gminy Grodzisk Mazowiecki.

### 2. TERMIN I MIEJSCE

19 sierpnia 2018 r. godz. 10.00.

Natolin ul. Chemiczna, gm. Grodzisk Mazowiecki.

### 3. BIURO ZAWODÓW

Biuro Zawodów będzie mieściło się w Natolinie przy ul. Chemicznej, 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.

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.

5 km i 5 km nordic walking. Trasa biegu i marszu została wyznaczona po średniej pętli (5 km).

10 km. Trasa biegu została wyznaczona po dużej pętli (10 km).

### 7. LIMIT CZASU

Limity na pokonanie dystansów:

- 1 km – 10 min.

- 5 km i 5 km nordic walking – 90 min.

- 10 km – 90 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 mogą brać udział tylko dzieci, urodzone w latach 2012 – 2017.

W biegu na dystansie 400 m mogą brać udział tylko dzieci, urodzone w latach 2009 – 2011.

W biegu na dystansie 1 km mogą brać udział tylko dzieci, urodzone w latach 2003 – 2008.

W biegach na dystansach 5 km i 10 km oraz 5 km nordic walking mogą brać udział osoby urodzone w roku 2002 i w latach wcześniejszych.

Wszyscy zawodnicy startujący w biegach i nordic walking muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów, co stanowi warunek dopuszczenia zawodnika 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, agrałki, chip, ewentualnie niespodzianki od sponsorów).

Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania regulaminu zawodów.

## **9. LIMIT ZAWODNIKÓW**

200 m - 25 osób.

400 m - 25 osób.

1 km - 25 osób.

5 km - 50 osób.

10 km - 50 osób.

5 km nordic walking – 25 osób.

Decyduje kolejność zapisów i dokonania opłat.

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

## **10. ZGŁOSZENIA**

Elektroniczne, poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego pod linkiem umieszczonym na stronie organizatora [www.biegigrodzisk.pl](http://www.biegigrodzisk.pl)

W przypadku wolnych miejsc, w Biurze Zawodów.

Dodatkowe informacje można uzyskać mailowo: [info@biegigrodzisk.pl](mailto:info@biegigrodzisk.pl)

## **11. OPŁATA STARTOWA**

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

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

200 m, 400 m i 1 km – 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](http://www.biegigrodzisk.pl)

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

Opłata startowa w przypadku rezygnacji zawodnika nie podlega zwrotowi oraz nie ma możliwości przepisania opłaty startowej na innego zawodnika.

## **12. PROGRAM 4. Grodziskich Biegów Rodziny**

08.00 - otwarcie Biura Zawodów.

09.45 – rozgrzewka (200 m i 400 m).

10.00 – start biegów na 200 m.

I seria – dziewczynki.

II seria – chłopcy.

10.15 – start biegów na 400 m.

I seria – dziewczynki.

II seria – chłopcy.

10.30 – rozgrzewka (1 km, 5 km, 10 km i 5 km nordic walking)

10.45 – start biegu na 1 km.

11.00 - start biegów na 5 km, 10 km i 5 km nordic walking.

13.00 - dekoracje zwycięzców.

- 200 m – dziewczynki i chłopcy.

- 400 m – dziewczynki i chłopcy.

- 1 km – dziewczęta i chłopcy. (2006-2008).

- 1 km – dziewczęta i chłopcy. (2003-2005).

- 5 km – kobiety i mężczyźni.

- 10 km – kobiety i mężczyźni.

- 5 km nordic walking – kobiety i mężczyźni.

- Rodziny.

13:30 - oficjalne zakończenie zawodów.

## **13. KLASYFIKACJE I NAGRODY**

3. najlepszych zawodników z rodziny ( w tym 1. osoba dorosła + 2. dzieci lub 2. osoby dorosłe + 1. dziecko) otrzyma 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 i 10 km.

W biegu na dystansie 1 km będą prowadzone 2. klasyfikacje dzieci: urodzonych w latach 2003-2005 i 2006-2008.

Wygra rodzina, która zdobędzie najmniej punktów.

W przypadku równej ilości punktów decydują punkty zdobyte w biegu na dystansie 10 km, następnie 5 km i 1 km.

3 najlepsze rodziny oraz 3 najlepsze zawodniczki i 3 najlepszych zawodników z każdego biegu i nordic walking otrzymają puchary.

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

Bieg na dystansie 10 km oraz 5 km nordic walking wlicza się do Pucharu Powiatu Grodziskiego w Biegach i Nordic Walking. <http://biegigrodzisk.pl/puchar-powiatu>

#### **14. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Biegi odbędą się bez względu na pogodę.

Organizator zapewnia szatnie i depozyt.

Trasa biegów nie posiada atestu.

By zostać sklasyfikowanym należy ukończyć bieg 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 zawodników.

Oficjalne wyniki biegów zostaną zamieszczone na stronie internetowej organizatora [www.biegigrodzisk.pl](http://www.biegigrodzisk.pl)

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

Wszyscy zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania regulaminu.

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

Dodatkowe informacje można uzyskać mailowo: [info@biegigrodzisk.pl](mailto:info@biegigrodzisk.pl)

Organizator zastrzega sobie prawo do wykorzystania materiałów filmowych i zdjęć wykonanych podczas trwania imprezy.

Dokonując zapisu lub dokonując opłaty startowej uczestnicy biegów 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.