VI MRĄGOWSKI BIEGOWY

PIKNIK WOJSKOWY

REGULAMIN

I. NAZWA ZAWODÓW

„VI MRĄGOWSKI BIEGOWY PIKNIK WOJSKOWY”

II. CELE IMPREZY

1. Uczczenie święta Wojska Polskiego oraz promocja wojska w środowisku lokalnym.
2. Wyłonienie zwycięzców w otwartych biegach dla dzieci, młodzieży i dorosłych z podziałem na kategorie wiekowe i płeć.
3. Wyłonienie zwycięzców w kategorii służb mundurowych w biegach o "Puchar Dowódcy Garnizonu Warszawa" na dystansie 5 i 10 km.
4. Wyłonienie zwycięzców w kategorii Wojskowego Ośrodka Szkoleniowo Kondycyjnego Mrągowo w biegach o "Puchar Komendanta WOSzK Mrągowo" na dystansie 10 km.
5. Popularyzacja biegów, jako naturalnej formy spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu.
6. Promocja miasta i regionu.

III. GŁÓWNY ORGANIZATOR

WOJSKOWY OŚRODEK SZKOLENIOWO – KONDYCYJNY MRĄGOWO

WOSzK

IV. WSPÓŁORGANIZATORZY

1. Urząd Miejski w Mrągowie
2. Centrum Kultury i Turystyki w Mrągowie
3. Klub Biegacza Mrągowo

V. PATRONAT

PATRONAT HONOROWY

Marszałek
Województwa Warmińsko-Mazurskiego
Gustaw Marek Brzezin

PATRONAT HONOROWY

Burmistrz
Miasta Mrągowa
Otolia Siemieniec

VI. OPIEKA MEDIALNA

OPIEKA MEDIALNA
TVP 3
OLSZTYN

VII. TERMIN I MIEJSCE

1. 15 sierpnia 2017 r. (wtorek), Plac Unii Europejskiej w Mrągowie przy ul. Sobczyńskiego.
2. Godzina rozpoczęcia konkurencji biegowych dla dzieci - 10.00.
3. Godzina oficjalnego otwarcia zawodów – 11.05
4. Start biegu średniego na 5 km odbędzie się o godz. 11.30
5. Start biegu głównego na 10 km odbędzie się o godz. 13.00.
6. Weryfikacja i zapisy zawodników będą trwały od godz. 08.30 do 12.30.
   - Zapisy do biegów dla dzieci od godz. 08.30 do 9.45
   - Zapisy do biegu średniego na 5 km od godz. 08.30 do 11.15
   - Zapisy do biegu głównego na 10 km od godz. 08.30 do 12.30

VIII. USTALENIA ORGANIZACYJNE I WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W ramach organizowanego „Pikniku” zostaną przeprowadzone następujące rodzaje biegów:
   a) Otwarte biegi dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych na poszczególnych dystansach z podziałem na kategorie wiekowe i płeć.
   b) Bieg o „Puchar Dowódcy Garnizonu Warszawa” dla służb mundurowych wśród kobiet i mężczyzn na dystansie 5 i 10 km.
   c) Bieg o Puchar Komendanta Wojskowego Ośrodka Szkoleniowo Kondycyjnego Mrągowo dla żołnierzy i pracowników ron Ośrodka na dystansie 10 km mężczyzn.
2. W zawodach mogą brać udział dzieci, młodzież oraz dorośli bez ograniczeń wiekowych.
3. Dzieci oraz młodzież do 18 roku życia muszą posiadać zgodę prawnych opiekunów do udziału w biegu.
4. Osoby dorosłe do biegu głównego na 10 km muszą dokonać opłatę startową w wysokości 40,00 zł, a do biegu średniego na 5 km w wysokości 30,00 zł . Kwota ta nie podlega zwrotowi bez względu na zaistniałe okoliczności.
5. Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie własnoręczne podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu dostępnym w biurze zawodów.
6. Każdy uczestnik dokonuje zapisu do konkretnego biegu ustalonego przez organizatorów.
7. Niestawiennictwo uczestnika w miejscu i czasie przewidzianym dla przeprowadzenia biegu bez względu na jego przyczyny jest równoznaczne z rezygnacją i nie rodzi po stronie uczestnika jakichkolwiek roszczeń związanych z jego udziałem w zawodach biegowych.
8. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NW. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
9. W ramach biegu średniego i głównego uczestnicy otrzymuje pakiet startowy:
   - koszulka okolicznościowa
   - napój izotoniczny
   - baton regeneracyjny
10. W trakcie biegu i po jego ukończeniu zawodnicy otrzymują:
    - wodę na trasie biegu,
    - pamiątkowy medal na mecie,
    - ciepły posiłek regeneracyjny,
    - owoce oraz słodki poczęstunek.

11. Organizator nie gwarantuje kompletnego pakietu startowego dla osób dokonujących zapisów w dniu zawodów.
12. Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte do koszulki startowej w taki sposób, aby numer startowy był widoczny z przodu. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji.
13. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niezgodny z przebiegiem trasy biegu oraz regulaminem zawodów zostaną zdyskwalifikowani.
14. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.

IX. ZGŁOSZENIA, OPŁATA STARTOWA, ZASADY OGÓLNE

1. Zgłoszenia do zawodów dla wszystkich biegów w tym biegów dla dzieci będą przyjmowane przez Internet do dnia **07.08.2017** na stronie:

   https://elektronicznezapisy.pl/event/1906.html

   oraz osobiście w dniu zawodów od godz. 08.30 do godz. 12.30.

2. Każdy z uczestników zawodów zobowiązany jest do wpisania się na listę startową zgodnie z formularzem zgłoszeniowym umieszczonym na wskazanej stronie internetowej.
3. **Do dnia 31.07.2017 r.** w formularzu zgłoszeniowym należy podać rozmiar **koszulki pamiątkowej** uczestnika zawodów. Organizator zapewnia koszulki w dniu zawodów tylko dla zawodników, którzy **do wskazanego terminu** dokonają zgłoszenia rozmiaru koszulki oraz wpłaty na podane konto. Dla zawodników, którzy dokonają wpisu oraz wpłaty po wskazanym terminie lub w dniu zawodów organizator zobowiązuje się dosłać koszulki pocztą w ciągu 30 dni od zakończenia biegów na adres wskazany przez zawodnika. Powyższy fakt należy zgłosić do biura zawodów.

4. **Uczestnicy biegu zobowiązani są do wpłacenia wpisowego do dnia 07.08.2017 r.:**
   - **Bieg główny – 10 km - 40,00 zł**
   - **Bieg średni – 5 km - 30,00 zł**

   Nazwa i numer konta:
   Klub Biegacza Mrągowo
   87 1240 1617 1111 0010 3698 4531 z dopiskiem „Piknik Biegowy”

   Od dnia 08.08.2017 opłata startowa wynosi:
   - **Bieg główny – 10 km - 50,00 zł**
   - **Bieg średni – 5 km - 40,00 zł**

   O terminie dokonanej wpłaty decyduje termin złożenia dyspozycji przelewu lub wpłaty gotówkowej.
   Z opłaty startowej zwolnieni są żołnierze i pracownicy ron WOSzK Mrągowo, młodzież do lat 18 oraz osoby, które ukończyły 70 lat.

5. Wpisanie na listę startową nastąpi po zaksięgowaniu opłaty startowej na koncie **Klubu Biegacza Mrągowo**.

6. W przypadku opłat startowych wniesionych na konto po 07.08.2017 r. konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w biurze zawodów dowodu wpłaty oraz dowodu osobistego.

7. W zawodach w kategorii służb mundurowych mogą startować przedstawiciele następujących służb mundurowych:
   Wojska Polskiego (żołnierze zawodowi), Służby Więziennej, Policji, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Agencji Wywiadu, Służby Kontrwywiadu Wojskowego, Służby Wywiadu Wojskowego, Centralnego Biura Antykorupcyjnego, Centralnego Biura Śledczego, Straży Granicznej, Biura

Ochrony Rządu, Państwowej Straży Pożarnej, Straży Miejskiej, Straży Ochrony Kolei, Służby Celnej, Inspekcji Transportu Drogowego, Służby Leśnej.

8. W zawodach w kategorii Wojskowego Ośrodka Szkoleniowo Kondycyjnego startować mogą żołnierze i pracownicy wojska zatrudnieni w Ośrodku.

9. Weryfikacja i zapisy zawodników z grupy służb mundurowych będą odbywały się na podstawie **ważnej legitymacji służbowej.**

10. Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych.

11. W kategorii małżeństw startować mogą małżonkowie, którzy złożą stosowne oświadczenie w biurze zawodów, że pozostają w związku małżeńskim. W przypadku stwierdzenia nieprawdziwych danych, co do złożonego oświadczenia następuje dyskwalifikacja.

X. KLASYFIKACJE

1. BIEG GŁÓWNY NA 10 KM:

a) Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.
Nagradzane są 3 pierwsze osoby wśród mężczyzn i kobiet.

b) Klasyfikacja w następujących kategoriach wiekowych:

KOBIETY:

K-20 (16 – 29 lat) – urodzone w latach 1988 - 2001

K-30 (30 – 39 lat) – urodzone w latach 1978 - 1987

K-40 (40 – 49 lat) – urodzone w latach 1968 - 1977

K-50 (50 lat i starsze) – urodzone w latach 1967 i starsze

MĘŻCZYŹNI:

M-20 (16 - 29 lat) – urodzeni w latach 1988 - 2001

M-30 (30 - 39 lat) – urodzeni w latach 1978 - 1987

M-40 (40 - 49 lat) – urodzeni w latach 1968 - 1977

M-50 (50 - 59 lat) – urodzeni w latach 1958 - 1967

M-60 (60 lat i starsi) – urodzeni w latach 1957 i starsi

c) **Klasyfikacja służb mundurowych kobiet i mężczyzn.**
Nagradzane są 3 pierwsze osoby wśród mężczyzn i kobiet.

d) **Klasyfikacja najlepszy Mrągowianin i Mrągowianka.**

e) **Klasyfikacja Wojskowego Ośrodka Szkoleniowo Kondycyjnego Mrągowo mężczyzn.**
Nagradzane są 3 pierwsze osoby wśród mężczyzn w biegu na 10 km.

f) **Klasyfikacja drużynowa – suma 4 najlepszych czasów (w tym co najmniej jednej kobiety) jednolicie brzmiącej nazwy klubu/drużyny.**

g) **Klasyfikacja małżeństw – o miejscu decyduje suma czasów małżonków.**
Nagradzane są 3 pierwsze małżeństwa.

2. BIEG ŚREDNI NA 5 KM:

a) **Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.**
Nagradzane są 3 pierwsze osoby wśród mężczyzn i kobiet.

b) **Klasyfikacja służb mundurowych kobiet i mężczyzn.**
Nagradzane są 3 pierwsze osoby wśród mężczyzn i kobiet.

c) **Klasyfikacja małżeństw - o miejscu decyduje suma czasów małżonków.**
Nagradzane są 3 pierwsze małżeństwa.

3. BIEG DZIECI I MŁODZIEŻY:

a) **Bieg Krasnali do 7 lat na dystansie około 100 m.**
(ur. 2010 i młodsi)

b) **Bieg Żaków od 8 do 10 lat na dystansie około 750 m (jedna pętla).**
Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.
(ur. 2007 - 2009)

c) **Bieg Dzieci od 11 do 13 lat na dystansie około 1500 m (dwie pętle).**
Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.
(ur. 2004 - 2006)

d) **Bieg Młodzieżowy od 14 do 16 lat na dystansie około 2250 m (trzy pętle).**
Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.
(ur. 2001 - 2003)

XI. NAGRODY

1. W klasyfikacji generalnej biegu głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar.**
2. W kategoriach wiekowych biegu głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar.**
3. W klasyfikacji **służb mundurowych** biegu głównego na **10 km** dla zwycięzcy wśród kobiet i mężczyzn – **puchar Dowódcy Garnizonu Warszawa.** Za pierwsze 3 miejsca – **tabliczka okolicznościowa lub pamiątkowy dyplom.**
4. W klasyfikacji **Wojskowego Ośrodka Szkoleniowo Kondycyjnego Mrągowo** biegu głównego na **10 km** dla zwycięzcy wśród mężczyzn **puchar Komendanta WOSzK Mrągowo, tabliczka okolicznościowa lub pamiątkowy dyplom.**
   Za pierwsze 3 miejsca wśród mężczyzn – **nagroda rzeczowa ufundowana przez Komendanta Ośrodka.**
5. W klasyfikacji biegu głównego na **10 km najlepszy Mrągowianin i Mrągowianka** za pierwsze miejsce wśród kobiet i mężczyzn – **puchar.**
6. W klasyfikacji drużynowej Biegu Głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca – **puchar.**
7. W klasyfikacji małżeństw biegu głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca – **puchar.**
8. W klasyfikacji generalnej biegu średniego na **5 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar.**
9. W klasyfikacji **służb mundurowych** biegu średniego na **5 km** dla zwycięzcy wśród kobiet i mężczyzn – **puchar Dowódcy Garnizonu Warszawa.** Za pierwsze 3 miejsca – **tabliczka okolicznościowa lub pamiątkowy dyplom.**
10. W klasyfikacji małżeństw biegu głównego na **5 km** za pierwsze 3 miejsca – **puchar.**
11. W klasyfikacji generalnej biegu krasnali, żaków, dzieci i biegu młodzieżowego na poszczególnych dystansach dla pierwszych sześciu zawodników wśród chłopców i dziewcząt – **nagrody rzeczowe plus pamiątkowy dyplom.**
12. Wszyscy uczestnicy biegów otrzymają **pamiątkowe medale.**
13. **Przewidziano udekorowanie SENIORA biegu na 10 km - puchar.**
14. **NAGRODY SIĘ NIE DUBLUJĄ** – (Nie dotyczy kategorii specjalnych, tj.: Służb Mundurowych, Najlepszy Mrągowianin/Mrągowianka, Kategorii Małżeństw, kategorii Wojskowego Ośrodka Szkoleniowo Kondycyjnego Mrągowo).
15. Organizator zastrzega sobie prawo do wyróżnienia zwycięzców w poszczególnych biegach i kategoriach dodatkowymi nagrodami rzeczowymi niepodanymi w regulaminie zawodów w zależności od posiadanych możliwości finansowych.

XII. PROGRAM ZAWODÓW

1.	08.30 – 12.30	Weryfikacja zawodników na podstawie wcześniejszych zapisów oraz dodatkowe zapisy do poszczególnych biegów w sekretariacie zawodów, wydawanie numerów startowych i pakietów startowych.
2.	10.00 – 10.15	**Bieg Krasnali do 7 lat** na odcinku około 100 m.
3.	10.15 – 10.30	**Bieg Żaków do 10 lat** na dystansie około 750 m (jedna pętla wokół jeziorka Magistrackiego).
4.	10.30 – 10.45	**Bieg Dzieci do 13 lat** na dystansie około 1500 m (dwie pętle wokół jeziorka Magistrackiego).
5.	10.45 – 11.00	**Bieg Młodzieżowy do 16 lat** na dystansie około 2250 m (trzy pętle wokół jeziorka Magistrackiego).
6.	11.05 – 11.15	Uroczyste otwarcie zawodów
7.	11.30– 12.30	**Bieg Średni** na dystansie **5 km.**
8.	13.00	**Bieg Główny** na dystansie **10 km.**
9.	15.00	Uroczyste wręczenie nagród zwycięzcom, zakończenie imprezy

XIII. TRASA

1. Trasa Biegu Głównego na 10 km będzie przebiegać przez miasto Mrągowo oraz jego okolice i będzie miała charakter miejsko-przełajowy. Start i meta będą zlokalizowane na Placu Unii Europejskiej, przy Jeziorku Magistrackim. Startujący pobiegną promenadą wzdłuż linii brzegowej jeziora Czos, następnie wybiegną na powiatową drogę asfaltową - ul. Giżycka. Na odcinku około 2,5 km pobiegną w prawo przy hotelu Mercure i dalej drogą szutrową w kierunku miejscowości Tymnikowo i Troszczykowo. Dalszy odcinek trasy będzie przebiegać drogą leśną wzdłuż linii brzegowej jeziora Czos do mrągowskiego amfiteatru, przy którym zawodnicy skierują się w prawo pod górę do ulicy Jaszczurcza Góra i dalej do ul. Giżyckiej po czym wrócą do mety tą sama trasą.
Trasa nie posiada atestu PZLA. Trasa będzie oznaczona co 1 kilometr.
Profil trasy: o umiarkowanym stopniu trudności, z dość licznymi przewyższeniami terenu. Trasa w połowie przebiega drogami utwardzonymi (kostka brukowa i asfalt) oraz drogami szutrowymi, polnymi i leśnymi duktami, na których mogą znajdować się dodatkowe utrudnienia nawierzchni.
Nawierzchnia: ok. 40% kostka polbrukowa, ok. 10% asfalt, ok. 50% drogi gruntowe, drogi polne, leśne ścieżki.

Na trasie będzie umieszczony punkt z wodą – **ok. 5.5 km**. Na trasie będzie odbywał się ograniczony ruch pieszy oraz ruch kołowy. Prosimy uczestników biegu o ostrożność i stosowanie się do zaleceń wolontariuszy i służb obsługi biegu, oraz do ogólnych zasad ruchu drogowego.

2. Trasa Biegu na 5 km przebiegać będzie alejkami przy Jeziorze Czos, a następnie powiatową drogą asfaltową – ul Giżycka. W połowie trasy przed planowanym nawrotem trasa będzie przebiegać pod górę na dystansie około 200 m z przewyższeniem około 20 m. W połowie trasy (2,5 km) biegacze wykonają nawrót i wrócą tą samą trasą.

XIV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszystkich uczestników MRĄGOWSKIEGO BIEGOWEGO PIKNIKU WOJSKOWEGO obowiązuje niniejszy regulamin.
2. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach filmowych i fotograficznych z biegu.
3. Organizator zapewnia wodę i opiekę medyczną na trasie i na mecie biegu.
4. Organizator zapewnia 300 medali dla zawodników biegów na 5 i 10 km oraz 100 medali dla konkurencji biegowych dzieci i młodzieży. W przypadku braku medalu na mecie, organizator zobowiązuje się dosłać go pocztą w ciągu 30 dni na adres wskazany przez zawodnika po ukończeniu biegu. Zawodnik, dla którego po ukończeniu biegu zabrakło medalu osobiście musi zgłosić powyższy fakt do biura zawodów podając swoje dane personalne z adresem, na który zostanie dosłany medal.
5. Zaleca się posiadanie aktualnych badań lekarskich.
6. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
7. Uczestnicy biegu będą mogli korzystać z umywalni i natrysków znajdujących się na terenie Stadionu Miejskiego „Mrągowia” przy ul. Mrongowiusza (obok CKiT Mrągowo).
8. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.
9. Wyniki z zawodów będą opublikowane na stronie internetowej: https://elektronicznezapisy.pl/ oraz http://woszkmragowo.wp.mil.pl/
10. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie, o których winien poinformować uczestników w dniu zawodów przed rozpoczęciem imprezy.
11. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.
12. W biegach dla dzieci i młodzieży dziecko będące w niższej kategorii wiekowej może uczestniczyć w biegu przewidzianym dla kategorii wyższej.
13. O wszystkich sprawach spornych, a nieujętych w regulaminie decyduje Komitet Organizacyjny.
14. Pisemne protesty po wpłaceniu kaucji 100 złotych przyjmuje Biuro Zawodów do 30 min po ukazaniu się nieoficjalnych wyników w dniu odbywania się zawodów. Kaucja zostanie zwrócona po pozytywnym rozpatrzeniu skargi.

XV. WAŻNIEJSZE TELEFONY

1. Oficer dyżurny WOSzK Mrągowo: 261 314 210; 261 314 2018
2. Przewodniczący Komitetu Organizacyjnego Zawodów: 261 314 200
3. Kierownik zawodów: 261 314 205 kom. 504143186
4. Klub Biegacza Mrągowo kom. 693 467 909
5. Lekarz Ośrodka: 261 314 226
6. Faks do WOSzK Mrągowo: 261 314 225

KOMITET ORGANIZACYJNY