

REGULAMIN

VIII BIEG MORSA

I. CEL IMPREZY

- Popularyzacja Biegania i marszu Nordic Walking jako jednej z form rekreacji ruchowej.
- Promocja morsowania jako zdrowego stylu życia.
- Promocja Gminy Kościerzyna oraz Ziemi Kościerskiej

II. ORGANIZATORZY

- Organizator Główny
 - Kościerski Klub Morsa Forrest Gump - www.koscierzynamorsy.pl.
 - Gmina Kościerzyna – www.koscierzyna.pl
- Współorganizatorzy
 - PCM Garczyn - www.pcmgarczyn.pl .

III. TERMIN I MIEJSCE IMPREZY

- Bieg odbędzie się w dniu 24.02.2019 roku (niedziela) w Garczynie /k Kościerzyny, w PCM Garczyn.
- Równolegle z biegiem odbędzie się Marsz Nordic Walking oraz BIEG NIEDŹWIEDZIA POLARNEGO – zgłoszenia na tych samych zasadach, co do Biegu Głównego

- BIEG NIEDŹWIEDZIA POLARNEGO

Bieg tylko w obuwiu, stroju kąpielowym oraz czapce i rękawiczkach

Jeśli temperatura będzie poniżej -5 st. C- dystans ok. 2 km

Jeśli temperatura pomiędzy -5 a 15 st. C dystans ok. 4 km

Jeśli powyżej 15 st. C dystans Biegu Morsa czyli ok 6 km.

W tym Biegu mogą uczestniczyć tylko osoby pełnoletnie

- Oficjalne otwarcie imprezy o godz. 11:50.

IV. ZGŁOSZENIA

- Impreza ma charakter otwarty.
- Pierwszych 400 osób, które się zgłoszą (do biegów lub marszu) oraz uiszczą opłatę startową, otrzyma okolicznościową pamiątkę. Gwarantujemy pamiątki tylko osobom zgłoszonym

elektronicznie do 21.02.2019. Dla uczestników biegów i marszu przewidujemy pamiątkowy medal . Osoby, które wykąpią się podczas oficjalnej kąpieli morsów, również otrzymają pamiątkowe medale. Osoby które zapiszą się na kąpiel do 21.02.2018 również otrzymają okolicznościową pamiątkę.

- Opłata startowa (BIEG NIEDŹWIEDZI POLARNYCH/ MORSA/ MARSZ)

Dla osób zgłoszonych do 20.12.2018 wynosi 20 zł,

Od 21.12 .2019 do 15.01.2019 wynosi 25zł,

od 16.01.2018 do 10.02.2019 , wynosi-30zł

od 11.02.2019 do 20.02.2019 wynosi 35zł

Po 21.02.2019 - wynosi 40 zł (opłata tylko w biurze zawodów)

Osoby poniżej 16 roku życia oraz powyżej 70 roku życia są zwolnione z opłaty startowej (jednak jeśli chcą otrzymać okolicznościową pamiątkę, wówczas opłata wynosi 10 zł– deklaracja do 10.02.2019)

Opłata za samą kąpiel wynosi 5 zł do 31.12.2018 ,

01.01.2019 do 20.02.2019 - 10zł

po 21.02.2019 - wynosi 20 zł (opłata tylko w biurze zawodów). Osoby do 16 roku życia i od 70 są zwolnione z opłaty za kąpiel.

Członkowie klubu Forrest Gump (którzy opłacili składki) są zwolnieni z opłaty .

Brak opłaty w ciągu 7 dni skutkuje automatycznym usunięciem zgłoszenia z listy startowej – zgłoszenie zostaje anulowane!

- Zgłoszenia przyjmowane są tylko drogą elektroniczną na stronie www.elektronicznezapisy.pl - link do logowania na stronie www.koscierzynamorsy.pl . W razie pytań proszę o kontakt drogą elektroniczną – e-mail: r.flisikowski@wp.pl).
- W dniu zawodów zgłoszenia będą przyjmowane na 3 godziny przed startem w biurze zawodów.
- Warunkiem uczestnictwa jest zgłoszenie do imprezy, uiszczenie opłaty, a także wypełnienie deklaracji startu w zawodach oraz deklaracji kąpieli na własną odpowiedzialność.
- Uczestnicy dostają w biurze zawodów numer startowy (bieg/marsz) oraz zostaną oznakowani (kąpiel)

V. PROGRAM ZAWODÓW

- Zapisy w dniu zawodów od 09:00 – 11.40.
- **Wykłady edukacyjne o zdrowiu 9:00-11:00**

- 11.50 – Otwarcie zawodów oraz przygotowanie do startu.
- 11.55- Wspólne zdjęcie wszystkich uczestników
- 12:00- Start do Biegu Niedźwiedzi Polarnych (dystans w zależności od temperatury)
- 12:02 – Start Biegu – dystans około 6.0km leśnymi drogami.
- 12:04– Start Marszu – dystans około 6.0km leśnymi drogami.
- 13:30 – kąpiel w jeziorze Garczyn dla wszystkich chętnych.
- 13:15-14:15Wspólne ognisko oraz posiłek regeneracyjny w oczekiwaniu na wyniki.
- 14:15 Zakończenie zawodów – wręczenie pucharów oraz rozlosowanie nagród.

VII. NAGRODY

- Bieg Morsa - Statuetki dla 3 pierwszych kobiet i 3 pierwszych mężczyzn bez kategorii wiekowych
- Nordic Walking - - Statuetki dla 3 pierwszych kobiet i 3 pierwszych mężczyzn bez kategorii wiekowych
- Bieg Niedźwiedzi Polarnych Statuetki dla 3 pierwszych kobiet i 3 pierwszych mężczyzn bez kategorii wiekowych
- Statuetki dla najliczniejszego Klubu/ grupy osób biegnących pod wspólną nazwą – osoby z biegu i marszu liczone są razem (dla 3 pierwszych drużyn). Proszę aby nazwy były identyczne u wszystkich zawodników. Przejrzyjmy listę startową i zobaczmy jak wpisał się poprzednik
- Wśród wszystkich uczestników zostaną rozlosowane nagrody rzeczowe.

VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Biegi i marsz odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Każdy uczestnik musi posiadać numer startowy podczas biegu lub marszu oraz specjalne oznaczenie umożliwiające wstęp na kąpiel
- Po ukończonym biegu organizatorzy zapraszają zawodników na drobny poczęstunek.
- Przypadki sporne rozstrzygać będzie organizator zawodów.
- Zobowiązuje się wszystkich startujących do przestrzegania niniejszego regulaminu.
- Nie ma możliwości zamiany osoby już zarejestrowanej na inną.
- Organizator ubezpiecza startujących oraz kąpiących się.

- Mamy nadzieję, że wszyscy będą się doskonale bawić, a rywalizacja będzie przebiegała zgodnie z zasadą fair play.
- Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość zmiany powyższego regulaminu. W takim przypadku ewentualne zmiany zostaną podane na niniejszej stronie internetowej.
- XI. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH
 1. Administratorem danych osobowych uczestnika jest organizator Kościerski klub Morsa
 2. Uczestnictwo w Biegu Morsa jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych uczestnika do celów związanych z organizacją biegu zgodnie z warunkami określonymi w Ustawie z dnia 29.08.1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2002 r., nr 101 poz. 926).
 3. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawienia.
 4. Podanie danych osobowych oraz wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, ale ich niepodanie lub brak zgody na ich przetwarzanie uniemożliwia udział w imprezie.
 5. Uczestnictwo w Biegu Morsa jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na wykorzystanie wizerunku uczestnika przez organizatora w publikowanych materiałach na stronie internetowej, w mediach społecznościowych, materiałach promocyjnych oraz mediach relacjonujących i promujących wydarzenie.

Regulamin 2018.11.26