



# IX Półmaraton Mikołajkowy

## XVII Mikołajkowe Biegi Uliczne



### I. I. ORGANIZATOR GŁÓWNY

- Uczniowski Klub Sportowy „ATOS” Woźnice

### II. PARTNERZY

- CK Kłobuk Mikołajki
- Gmina Mikołajki
- Resport Mazury
- OSP Mikołajki
- OSP Woźnice

### III. PATRONAT

- Honorowy patronat
- Burmistrz Miasta Mikołajki – Piotr Jakubowski

### IV. CEL

- Popularyzacja biegów ulicznych.
- Promocja aktywności fizycznej.
- Popularyzacja biegów jako najtańszej i najatrakcyjniejszej formy rekreacji.
- Poznawanie walorów krajoznawczo-turystycznych kraju.

### V. TERMIN I MIEJSCE

Biegi odbędą się w dniu **3 grudnia 2023 r.** Start i meta przy Hali Sportowej w Mikołajkach, ul. Jana Pawła II 7.

## VI. PROGRAM ZAWODÓW

**02.12.2023**

godz. 17,00-20,00 odbieranie pakietów startowych Mikołajkowej Dyszki oraz Półmaratonu

**03.12.2023**

**godz. 8,00-11,00** zapisy w biegach dziecięcych i młodzieżowych, odbieranie pakietów startowych Mikołajkowej Dyszki oraz Półmaratonu

**godz. 10,30** rozpoczęcie biegów. (ogłoszenie wyników, wręczenie pucharów, nagród oraz dyplomów tuż po zakończeniu biegu !!!!!!! – biegi dziecięce i młodzieżowe !!!!!)

**godz. 14,15** ogłoszenie wyników, wręczenie pucharów, nagród oraz dyplomów- Mikołajkowej Dyszki oraz Półmaratonu

dziewczęta / kobiety			chłopcy / mężczyźni		
godz.	Dystans/ rocznik		godz.	Dystans/ rocznik	
10,30	<b>100 m</b>	2016 i młodsi	10,35	<b>100 m</b>	2016 i młodsi
10,40	<b>400m</b>	2013-2015	10,45	<b>400m</b>	2013-2015
10,50	<b>800 m</b>	2010-2012	10,55	<b>1000 m</b>	2010-2012
11,00	<b>1000 m</b>	2007-2009	11,00	<b>1500 m</b>	2007-2009
<b>11,45</b>	<b>Mikołajkowa Dyszka</b>		<b>11,45</b>	<b>Mikołajkowa Dyszka</b>	
<b>11,45</b>	<b>Półmaraton</b>		<b>11,45</b>	<b>Półmaraton</b>	

## V UCZESTNICTWO

1. W zawodach mogą brać udział dzieci, młodzież oraz dorośli bez ograniczeń wiekowych.
2. Dzieci oraz młodzież do 18 roku życia muszą posiadać zgodę prawnych opiekunów do udziału w biegu oraz **czytelnie wypełnioną kartę startową.**
3. **Prawo startu w Półmaratonie oraz w biegu na 10km mają osoby które ukończyły 16 lat !!!!**
3. Osoby do biegu na Mikołajkową Dyszkę oraz Półmaraton Mikołajkowy muszą dokonać opłaty startową. Kwota ta nie podlega zwrotowi bez względu na zaistniałe okoliczności.
4. Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie własnoręczne podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu dostępnym w biurze zawodów.
5. Każdy uczestnik dokonuje zapisu do konkretnego biegu ustalonego przez organizatorów.
6. 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.
7. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NW. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność zgodnie z rozporządzeniem ministra edukacji narodowej z dnia 12.09.2001r. (dz. U. Nr 101 poz.1095).
8. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu głównego otrzymuje pakiet startowy:
  - czapkę Świętego Mikołaja,
  - numer startowy wraz z agrafkami,
  - materiały reklamowe,
  - napój izotoniczny,
  - koszulkę z nadrukiem
  - baton- odżywka białkowa

9. Po ukończeniu biegu zawodnicy otrzymują:

- pamiątkowy medal na mecie,
- sms z wynikiem biegu,
- ciepły posiłek regeneracyjny

10. 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.

11. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.

12. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.

## **VI. ZGŁOSZENIA,**

1. Zgłoszenia do zawodów w kategorii Open będą przyjmowane przez Internet na stronie <https://elektronicznezapisy.pl>

2. Grupowe zgłoszenia do biegów dziecięcych i młodzieżowych należy wysyłać na adres [uksatoswoznice@wp.pl](mailto:uksatoswoznice@wp.pl) do 28.11.2023r. oraz w dniu zawodów posiadać wypełnione karty startowe. Zgłoszenia indywidualne w dniu zawodów w biurze zawodów.

3. ***Uczestnicy biegu 10km oraz Półmaratonu zobowiązani są do dokonania opłaty startowej podczas rejestracji za pomocą systemu DotPay w terminie 5 dni od rejestracji.***

***Osoby posiadające orzeczenie o niepełnosprawności wnoszą 50% opłaty podstawowej.***

***Młodzież do lat 18 oraz osoby które ukończyły 70 lat oraz mieszkańcy gminy Mikołajki są zwolnione z opłaty startowej.***

4. Podczas odbioru numeru zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem ***weryfikacji danych.***

5. Informacji o biegach udziela Wojciech Brodowski – 691 669 083. Bieżące informacje będą umieszczane na stronach patronów medialnych.

Do dnia 20.11.2023 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. Biegi drużynowe Półmaraton oraz Mikołajkowa Dyszka - drużyna składa się z 3 osób ( przynajmniej jedna kobieta ) - zapisy drużyn w dniu zawodów - o zdobytym miejscu decyduje łączny czas drużyny

### ***Biegi drużynowe Półmaraton oraz Mikołajkowa Dyszka***

- drużyna składa się z 3 osób ( przynajmniej jedna kobieta )
- zapisy drużyn w dniu zawodów
- o zdobytym miejscu decyduje łączny czas drużyny

## **VII. Opłaty startowe**

### ***Półmaraton Mikołajkowy***

80 pln	90 pln	130 pln
		
do 30 października	do 26 listopada	w Biurze Zawodów

### ***Mikołajkowa Dyszka***

70 pln	80 pln	120 pln
		
Do 30 października	do 26 listopada	w Biurze Zawodów

### ***Limit uczestników***

Półmaraton 150 osób

Mikołajkowa Dyszka 200 osób

***Osoby które ukończyły 60 lat – 50% opłaty startowej !!!!!***

***Osoby posiadające orzeczenie o niepełnosprawności wnoszą 50% opłaty startowej  
Młodzież do lat 18 oraz osoby które ukończyły 70 lat są zwolnione z opłaty startowej.***

***Uczestnicy imprez dziecięcych i młodzieżowych oraz mieszkańcy gminy Mikołajki nie ponoszą opłaty startowej !!!!!***

### **VIII NAGRODY**

#### ***Indywidualne w biegach dziecięcych oraz młodzieżowych***

W biegach dziecięcych i młodzieżowych za miejsca I - III zwycięzcy otrzymają puchary oraz nagrody rzeczowe. Za miejsca IV-VI dyplomy.

#### ***Półmaraton Mikołajkowy***

Za miejsca I-III otrzymają puchary i nagrody finansowe lub rzeczowe. Pierwszych trzech zawodników w kategoriach wiekowych otrzyma puchary – decyduje rok urodzenia

#### ***Mikołajkowa Dyszka***

Za miejsca I-III otrzymają puchary i nagrody finansowe lub rzeczowe. Pierwszych trzech zawodników w kategoriach wiekowych otrzyma puchary – decyduje rok urodzenia.

**Puchar PREZESA UKS ATOS Woźnice za najlepszy strój świąteczny wśród zawodników.  
Puchar Burmistrza Mikołajek dla najlepszych z Gminy Mikołajki (K + M)**

Podział na kategorie:

**Mężczyźni:**

**M2:** do 29 lat (ur. 1994 i młodszy)

**M3:** 30 – 39 lat (ur. 1993– 84)

**M4:** 40 – 49 lat (ur. 1983 – 74)

**M5:** 50 – 59 lat (ur. 1973 – 64)

**M6:** 60 – 69 lat (ur. 1963 - 54)

**M7:** 70+ (ur. 1953 i starsi)

**Kobiety:**

**K2:** do 29 lat (ur. 1994 i młodszy)

**K3:** 30 – 39 lat (ur. 1993– 84)

**K4:** 40 – 49 lat (ur. 1983 – 74)

**K5:** 50 – 59 lat (ur. 1973 – 64)

**K6:** 60+ (ur. 1963 i starsi)

***Drużynówka Półmaraton oraz w Mikołajkowa Dyszka***

Miejsca I-III puchary, zwycięzcy kupon na pizzę.

Obowiązuje zasada jednokrotnego nagradzania.

Nagrody mogą ulec zmianie w zależności od pozyskania kolejnych sponsorów!!!!

**IX ZASADY FINANSOWANIA**

Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy, koszty udziału pokrywają uczestnicy i jednostki delegujące.

**X TRASA**

Start i meta biegu usytuowane są w tym samym miejscu. Na 5 kilometrze zawodnicy wykonują nawrót, zlokalizowany przy Folwarku Łuknajno. W Półmaratonie zawodnicy wykonają dwie takie pętle.

Profil trasy: Łagodny.

Nawierzchnia trasy: 35% drogi asfaltowe, 65% drogi gruntowe. Trasa będzie oznakowana co 1 kilometr. Trasa nie posiada atestu PZLA.

Pomiar czasu: Elektroniczny

**XI UWAGI KOŃCOWE**

1. Listę zawodników podpisaną przez dyrektorów szkół, prezesów klubów i opiekunów ekip należy obowiązkowo złożyć przed rozpoczęciem zawodów u organizatora zawodów.
2. Wszyscy uczestnicy obowiązani są posiadać aktualne badania lekarskie lub deklarację rodziców lub opiekunów o brakach przeciwwskazań lekarskich do uprawiania sportu.

3. Organizator nie bierze odpowiedzialności za zniszczony sprzęt i rzeczy zagubione.
4. Ubezpieczenie zawodników i osób im towarzyszących należy do uczestników.
5. Sprawy sporne nie ujętych w regulaminie rozstrzyga organizator.
6. Organizator zapewni każdemu uczestnikowi gorący posiłek.
7. Zawody zostaną przeprowadzone zgodnie z przepisami PZLA.
8. Każdy uczestnik zobowiązany jest do posiadania dokumentu stwierdzającego tożsamość.
9. Program minutowy może ulec zmianie w zależności od ilości zgłoszonych zawodników.
10. Szatnie , sanitariaty oraz prysznice zlokalizowane będą na hali sportowej w Mikołajkach
- 11. Brak możliwości przepisywania pakietów startowych !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!**