

**REGULAMIN**  
**BIEG PAMIĘCI**  
**GMINA PRUSZCZ GDAŃSKI – 28.01.2023**

**I. CELE BIEGU**

1. Upamiętnienie 78. Rocznicy Marszu Śmierci z Stutthof. Informacje historyczne na temat Marszu Śmierci można odnaleźć m.in. na stronie Instytutu Pamięci Narodowej (<https://ipn.gov.pl/pl/historia-z-ipn/136850,76-rocznica-marszu-smierci-wiezniow-niemieckiego-oboazu-koncentracyjnego-stutthof.html>)
2. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej oraz zdrowego trybu życia.

**II. ORGANIZATOR**

1. Gmina Pruszcz Gdański
2. Ośrodek Sportu i Rekreacji Gminy Pruszcz Gdański

**III. TERMIN I MIEJSCE**

28.01.2023 (sobota) - Cieplewo, ul. Sosnowa (koło parkingu marketu Biedronka)

**IV. ZAPISY**

1. Zgłoszenia udziału na portalu <https://elektronicznezapisy.pl> do 27.01.2023 (godz. 11:00) lub do wyczerpania limitu.

**V. TRASA**

Marszobieg ma charakter koleżeński, bez pomiaru czasu. Odbędzie się na trasie biegowej Rusocin-Juszkowo-Straszyn na dystansie około 9 km. Zawody odbędą się przy ograniczonym ruchu kołowym.

Opis trasy Rusocin-Juszkowo (5,0 km):

Start biegu i odsłonięcie obelisku Marszu Śmierci w Rusocinie odbędzie się przy ulicy Tczewskiej w Cieplewie (na wysokości budynku przy ulicy Świerkowej 15 w Cieplewie i w odległości ok. 100 m przed sklepem Biedronka). Od obelisku w Rusocinie (Cieplewie) pobiegniemy spokojnym tempem wzdłuż ulicy Tczewskiej w kierunku Pruszcza Gdańskiego ścieżką pieszo-rowerową po prawej stronie drogi. Po ok. 300 m na rondzie przebiegamy dalej prosto kontynuując trasę ulicą Grunwaldzką w Pruszczu Gdańskim (wciąż prawą stroną po ścieżce pieszo-rowerowej). Tuż przed skrzyżowaniem z ulicą Sikorskiego (w pobliżu McDonalds Drive) przebiegamy przez przejście dla pieszych na lewą stronę drogi i kontynuujemy bieg ulicą Grunwaldzką aż do skrzyżowania z ulicami Zastawną i Nowowiejskiego skręcając w lewo w ulicę Zastawną. Po ok. 100 m biegu ulicą Zastawną przebiegamy przez przejście dla pieszych z lewej na prawą stronę drogi. Po ok. 700 m za Faktorią w Pruszczu Gdańskim i przed Cmentarzem Żołnierzy Radzieckich skręcamy w prawo na drogę polną w kierunku elektrowni wodnych. Po dobiegnięciu do Kanału Raduni skręcamy w lewo i kontynuujemy bieg po ścieżce pieszo-rowerowej. Po dobiegnięciu do miejsca biwakowania skręcamy w prawo przez mostek i kontynuujemy bieg polną

drogą w kierunku Juszkowa wzdłuż Raduni. Pod koniec trasy 5 km przebiegamy pod wiaduktem obwodnicy trójmiejskiej Jagiellończyka i dobiegamy do kościoła (Parafia pw. Błogosławionego Jerzego Popiełuszki Prezbitera i Męczennika w Juszkowie) ulicą Kasztanową w Juszkowie, przed którym umieszczony jest obelisk Marszu Śmierci.

Kontynuacja marszobiegu Juszkowo-Straszyn (3,6 km):

Spod obelisku w Juszkowie na ulicy Kasztanowej kontynuujemy bieg przechodząc przez przejście dla pieszych prosto na ulicę Raduńską w Juszkowie (w kierunku Straszyna). Po ok. 300 m za mostkiem nad Radunią skręcamy w prawo w ulicę Bukową w Juszkowie. Po dobiegnięciu do Elektrowni Wodnej Juszkowo skręcamy w lewo i kontynuujemy bieg na ścieżce pieszo-rowerowej wokół Jeziora Juszkowskiego. Mijamy przystań kajakową i po dobiegnięciu do końca ścieżki i podbiegnięciu po schodach skręcamy w prawo w ulicę Sportową w Juszkowie. Na ulicy Sportowej biegniemy zwartą kolumną po prawej stronie drogi (brak chodnika na tym odcinku drogi). Bieg kontynuujemy dalej prosto na chodniku na ulicy Plażowej w Straszynie. Po dobiegnięciu do końca ulicy Plażowej skręcamy w lewo na ulicę Starogardzką w Straszynie w kierunku Starogardu Gd. i Mediateki. Po ok. 600 m przebiegamy w prawo na przejściu dla pieszych i kontynuujemy bieg po chodniku na ulicy Dworcowej w Straszynie i dobiegamy do Mediateki.

## **VI. PROGRAM BIEGU**

10:00 – rozpoczęcie uroczystości w Rusocinie/Cieplewie

10:30 – start marszobiegu

Ok.12:00 – wręczenie medali, zakończenie (Mediateka Straszyn)

## **VII. WARUNKI UCZESTNICTWA**

1. W biegu prawo startu mają zawodnicy, którzy do dnia 28.01.2023 ukończyli 18 lat oraz przedstawią aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub własnoręcznie złożą podpis pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu na własną odpowiedzialność. Dopuszcza się udział zawodników mających ukończone 16 lat za pisemnym pozwoleniem rodziców/opiekunów.
2. Udział w biegu jest bezpłatny.
3. W biegu obowiązuje limit uczestników – 50 osób.
4. Wszyscy zawodnicy, którzy dobiegną do punktu mety w Straszynie otrzymają pamiątkowe medale.

## **XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. W sprawach spornych i nie ujętych regulaminem decydują organizatorzy.
2. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo ewentualnych zmian regulaminu.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki spowodowane z winy uczestników i za rzeczy przez nich zagubione.
4. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
5. Zabezpieczenie medyczne zapewnia organizator.

7.Uczestników obowiązuje estetyczny ubiór i obuwie sportowe.

8.Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.