

Regulamin wydarzenia

„Bieg Wiosenny”

II Bieg z Kwartetu Biegowego „Cztery pory Roku 2022”

24.04.2022 (Niedziela) Złotopolice gmina Załuski, powiat Płoński

Celem imprezy jest popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu i zdrowego stylu życia. Integracja społeczności lokalnej. Propagowanie wrażliwości społecznej na pomoc potrzebującym w potrzebie. Środki pieniężne zebrane z wpisowego zostaną przekazane na leczenie Oskara Kwiatkowskiego ucznia Szkoły Podstawowej im. Księdza Jana Twardowskiego w Kamienicy.

Organizator wydarzenia: Stowarzyszenie Płońscy Patriotci, Gmina Załuski

Partnerzy wydarzenia: Starostwo Powiatowe w Płońsku, Nadleśnictwo Płońsk, Gmina Załuski

Partnerzy medialni: PłońskiSieci.pl, Płończak, Radio Płońsk 93,6 FM, TVP3 Warszawa

Termin i miejsce: 24.04.2022 (Niedziela) od godz. 11:00, Złotopolice 1,

W nawigację najlepiej wpisać Złotopolice 1, 09-142

<https://goo.gl/maps/1mmyJMjDJaNMD3u9>

(dalej ustawimy znaki informacyjne kierujące na miejsce startu, gdyż kierujemy się do lasu i ciężko podać dokładną lokalizację)

Gmina Załuski, Powiat Płoński

Program imprezy:

11:00-11:30 – zapisy

11:30-12:00 – rozgrzewka

12:00 – start biegu i marszu NW na 5 km (start wspólny)

13:00 - 13:30 wręczanie nagród, poczęstunek

Dystanse:

- Marsz NW 5km

- Bieg 5 km

Cała trasa to leśna ścieżka. Trasa będzie w pełni oznaczona a w miejscach newralgicznych będą stali strażacy i wskazywali drogę. Bieg odbędzie się na zasadach koleżeńskich - pomiar czasu każdy we własnym zakresie.

Rejestracja biegaczy:

Rejestracja zawodników odbędzie się drogą elektroniczną poprzez stronę <https://elektronicznezapisy.pl/event/6795.html> lub na miejscu w dniu wydarzenia w przypadku dostępnych wolnych miejsc (Limit 150 osób łącznie na bieg i Marsz NW). Bieg odbędzie się na zasadach koleżeńskich - każdy mierzy czas we własnym zakresie.

Opłata za uczestnictwo w biegu lub Marszu NW:

30zł gotówką na miejscu w dniu wydarzenia.

Środki pieniężne zebrane z wpisowego zostaną przekazane na leczenie ucznia ze Szkoły Podstawowej im. Księdza Jana Twardowskiego w Kamienicy.

Nagrody:

Każdy uczestnik, który ukończy bieg otrzyma pamiątkowy medal.

3 najszybszych uczestników Biegu oraz Marszu NW z podziałem na kategorie Open Kobiet i Open Mężczyzn otrzyma puchary lub statuetki.

Catering:

Na miejscu dostępna będzie woda, kawa i herbata a także słodkie przekąski.

Po zakończeniu rywalizacji, każdy uczestnik będzie mógł posilić się ciepłym posiłkiem (zupa).

Wszelkich informacji dotyczących uczestnictwa w biegu udzielają koordynatorzy wydarzenia

Michał Bombała, tel.: 669 900 059 oraz Piotr Liszewski, tel.: 733 601 503

E-mail: plonscypatrioci@gmail.com