

Regulamin Biegu Niepodległości 12.11.2017

1. Organizator

Miejsko-Gminne Centrum Kultury w Słomnikach oraz Gminne Centrum Kultury i Bibliotek w Iwanowicach

2. Współorganizatorzy

Towarzystwo Kulturalno-Sportowe w Słomnikach

3. Główny Partner Biegu Niepodległości

Intersnack Poland Sp. z o.o.

4. Partnerzy

Gmina Iwanowice oraz Gmina Słomniki

5. Cel

- 1) Popularyzacja biegania jako formy rekreacji fizycznej
- 2) Propagowanie zdrowego trybu życia oraz aktywności fizycznej
- 3) Integracja środowiska biegowego
- 4) Promocja leśnych terenów Gminy Iwanowice oraz Gminy Słomniki
- 5) Uczczenie Święta Niepodległości

6. Termin i miejsce

12 listopada 2017 r. godzina 12:00 start biegu na 10 km; 12:05 start marszobiegu rodzinnego na 4 km. Bieg odbywa się na terenie kompleksu leśnego Goszcza-Polanowice; start/meta umiejscowione są w punkcie edukacyjnym na polanie św. Mikołaja. (dojazd od strony Zalesia)

7. Trasy

Trasa biegu to pętla ok 10 km leśnych ścieżek w tym ok. 2 km utwardzonych. Trasa marszobiegu to pętla o długości ok. 4 km (2 km pokrywają się trasą biegu głównego).

Przebieg tras będzie oznaczony przez Organizatorów taśmą białą- czerwoną oraz kilometrówkami.

8. Zgłoszenia

Zgłoszenia przyjmujemy poprzez formularz rejestracji dostępny na stronach:

<http://www.iwanowice.malopolska.pl/>

<http://mgckslomniki.pl/ck/>

<http://gckib.iwanowice.pl/>

<http://hala.slomniki.pl/>

oraz na stronach społecznościowych organizatorów.

Formularz rejestracji będzie czynny do 5 listopada do północy.

Osoby, które chciałyby skorzystać z dowozu proszone są o kontakt ze swoimi lokalnymi Organizatorami.

Wyjazd autobusów odbywa się spod budynku Hali Sportowej w Słomnikach oraz spod budynku Gminy Iwanowice o godzinie 10:45.

9. Biuro zawodów

Biuro zawodów będzie otwarte wyłącznie w dniu biegu od godziny 10:30 na polanie Św. Mikołaja w miejscu startu biegów.

10. Uczestnictwo sprawy regulaminowe

1) W biegu na 10 km prawo startu mają wyłącznie osoby, które najpóźniej w dniu zawodów ukończą 16 lat i nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do uprawiania długodystansowych sportów biegowych. Ponadto osoby niepełnoletnie winny dostarczyć pisemną zgodę rodzica. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody na zdrowiu uczestnika powstałe z winy zawodnika lub za wypadki na skutek złego stanu zdrowia startujących zawodników.

Zawodnik powinien zapoznać się z warunkami panującymi na trasie i odpowiednio przygotować się do ich pokonania. W marszobiegu na 4 km dzieci i młodzież startują wyłącznie ze swoim opiekunem.

2) Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć z przodu numery startowe. Zasłanianie

numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.

- 3) Bieg odbywa się na terenie lasu. Śmieci pozostawiamy tylko w miejscach do tego wyznaczonych na terenie polany startowej.
- 4) Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie okazanie dokumentu tożsamości, własnoręczne podpisanie Oświadczenia zawierającego akceptację warunków regulaminu, deklarację dobrowolnego uczestnictwa w biegu i brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegu.
- 5) Organizator zapewnia doraźną pomoc medyczną oraz ubezpiecza uczestników na czas trwania biegu.
- 6) Bieg jest imprezą towarzyską, zwycięzcą jest więc każdy, kto pokona dystans. Niemniej jednak w biegu wystąpi element sportowej rywalizacji. Prowadzony będzie elektroniczny pomiar czasu na obu dystansach, a po biegu ogłosimy wyniki, także z podziałem na kategorie.

11. Finansowanie i nagrody

- 1) Całość kosztów ponosi Organizator.
- 2) Organizator przewiduje nagrody oraz nagrody specjalne.
- 3) Każdy uczestnik otrzyma tzn. pakiet startowy (numer startowy i agrafki, wodę mineralną coś słodkiego oraz ciepły posiłek po biegu)

12. Harmonogram

- 10:45 – wyjazd z punktów zbiórki
- 11:00 – otwarcie biura zawodów
- 11:45 – zamknięcie biura zawodów
- 11:50 – wspólna rozgrzewka na polanie
- 12:00 – start biegu na 10 km
- 12:15 – start marszobiegu
- 12:30 – regeneracja, ognisko, catering, upominki dla grupy marszobiegu

- 13:00 – 14:00 regeneracja, ognisko, catering, upominki dla grupy biegu na 10 km

- 14:00 – powrót autobusu

*Organizator dopuszcza zmiany w niniejszym harmonogramie.

13. Postanowienia końcowe

Pomiar czasu prowadzi Organizator.

Organizator ustala czas na ukończenie biegów: 90 min.

Organizator zastrzega sobie prawo interpretacji tego regulaminu.

Bieg odbędzie się niezależnie od warunków atmosferycznych.