

**Regulamin 2018**  
**Wola Raniżowska, 08.09.2018**

## **Spartański Cross Leśny 2018**



### **1. CEL IMPREZY**

- popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy sportu i rekreacji ruchowej zarówno wśród dzieci jak i dorosłych,
- propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców regionu Podkarpacia.

### **2. ORGANIZATOR**

- Stowarzyszenie RZESZOWSCY SPARTANIE

Współorganizatorzy:

- Kępa Sport
- Zagroda Wolna Sobota

### **3. TERMIN I MIEJSCE:**

- 8.09.2018r. (Sobota)
- Wola Raniżowska
- Start i Meta (Zagroda Wolna Sobota)
- Biuro zawodów: 8:00-10:30
- Rozpoczęcie zawodów godzina: 11:00
- Biuro zawodów będzie znajdować się na terenie obiektu Zagroda Wolna Sobota

#### **4. DYSTANSE:**

##### **- Bieg Główny**

**Dystans: 21,5 km** (las Puszcz Sandomierskiej: 5% asfalt, 55% droga szutrowa, 40% ścieżki leśne)

- Limit czasowy: 3 godziny
- Trasa oznakowana, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie ograniczony, obowiązuje ruch prawostronny (dokładna trasa dostępna na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl))
- Pomiar czasu: elektroniczny

##### **Bieg na 5,5 km oraz Marsz Nordic Walking:**

- Dystans: ok 5,5 km (las Puszcz Sandomierskiej: 5% asfalt, 70% droga szutrowa, 25% ścieżki leśne)

- Limit czasowy: 2 godziny
- Trasa oznakowana, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie ograniczony, obowiązuje ruch prawostronny (dokładna trasa dostępna na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl))
- Pomiar czasu: elektroniczny

##### **Biegi dla dzieci:**

- Dystans: 100 m (dzieci w wieku przedszkolnym do 7 lat)
- Dystans: 200 m (dzieci w wieku 7-11 lat)
- Dystans: 400 m (dzieci w wieku 11-16 lat)

Wymagana jest pisemna zgoda rodziców na udział w zawodach.

#### **5. WARUNKI UCZESTNICTWA w BIEGU GŁÓWNYM**

A. Impreza ma charakter otwarty.

B. Prawo uczestnictwa w biegu głównym mają osoby pełnoletnie, oraz osoby w wieku od 16 lat (ur. 1999r.), jeśli mają pisemną zgodę rodziców.

C. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów i na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) /Dz.Ustaw nr 101, poz 1095/ lub przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.

##### **D. PAKIET STARTOWY**

Bieg głównym, W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu głównego otrzymuje pakiet startowy, na który składają się:

- numer startowy
- elektroniczny pomiar czasu
- artykuły pozyskane od sponsorów
- atrakcyjne upominki sportowe
- wodę na trasie i mecie zawodów
- materiały informacyjne i reklamowe
- pamiątkowy odlewany medal na mecie
- posiłek na mecie

W miarę możliwości sponsorskich, organizator przewiduje rozszerzenie pakietu startowego.

E. Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte z przodu do koszulki startowej. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości jest

niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji. Uczestnicy biegu otrzymują CHIPY Startowe , które należy zwrócić na mecie biegu. Nie zwrócenie chipu startowego, oznacza dla uczestnika poniesienie kary pieniężnej w kwocie 100 zł.

F. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.

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

## 6. ZGŁOSZENIA:

- Biuro zawodów mieści się w miejscu STARTU /METY – Zagroda Wolna Sobota - Zgłoszenia do biegu głównego i biegów dzieci dostępne są przez Internet na stronie: [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) lub w biurze zawodów od 8.00 do 10.30 w dniu zawodów.

### I. Bieg główny

Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) lub formularza pisemnego i wpłacenie opłaty startowej:

- w wysokości 39 zł przelew - do 10 czerwca 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości 49 zł przelew - do 30 czerwca 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości 59 zł przelew - do 31 lipca 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości 69 zł przelew - do 31 sierpnia 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości 70 zł w biurze zawodów – 8 września 2018 ( ilość miejsc ograniczona )

Wpłaty za pośrednictwem przelewów On-Line na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) (na liście startowej)

### II. Bieg na 5,5 km oraz Marsz Nordic Walking – 5,5 km

Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) lub formularza pisemnego i wpłacenie opłaty startowej:

- w wysokości 29 zł przelew - do 10 czerwca 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości 39 zł przelew - do 30 czerwca 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości 49 zł przelew - do 31 lipca 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości 59 zł przelew - do 31 sierpnia 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości 60 zł w biurze zawodów – 8 września 2018( ilość miejsc ograniczona )

Wpłaty za pośrednictwem przelewów On-Line na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) (na liście startowej)

Podstawowy pakiet startowy w biegu na 5,5 km oraz Marszu Nordic Walking przedstawiony jest w pkt 5.D.

### III. Biegi dla dzieci:

Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) lub formularza pisemnego.

**Biegi dzieci są darmowe.**

A. Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku

B. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi, nie ma również możliwości przeniesienia jej na inną osobę.

C. **OBOWIĄZUJE LIMIT ZGŁOSZEŃ - 500 uczestników opłaconych** - po osiągnięciu limitu - formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów w biurze zawodów.

D. Organizator gwarantuje medale wszystkim uczestnikom, którzy dotrą mety.

## 7. **NAGRODY .**

### **Nagrody Bieg Główny 21,5 km**

#### **Kategoria OPEN K / M**

- 1 msc. Pamiątkowy Puchar
- 2 msc. Pamiątkowy Puchar
- 3 msc. Pamiątkowy Puchar

### **Nagrody Bieg 5,5 km**

#### **Kategoria OPEN K / M**

- 1 msc. Pamiątkowy Puchar
- 2 msc. Pamiątkowy Puchar
- 3 msc. Pamiątkowy Puchar

### **Kategorie dziecięce**

- 1 msc. Pamiątkowy Dyplom
- 2 msc. Pamiątkowy Dyplom
- 3 msc. Pamiątkowy Dyplom

**Ilość nagród i kategorii wiekowych może się zwiększyć – w przypadku pozyskania dodatkowych sponsorów. Wśród uczestników biegu odbędzie się losowanie cennych nagród.**

### **Marsz Nordic Walking – 5,5 km**

W ramach marszu Nordic Walking – zostanie wykonany elektroniczny pomiar czasu, jednak NIE będzie prowadzonej klasyfikacji. Głównym celem marszu jest dotarcie do mety. Organizator nie określa limitu czasowego. Podany będzie tylko czas przemarszu uczestnika w celu regulacji tempa przy innych marszach tego typu. Każdy, kto dotrze do mety jest Zwycięzcą i otrzyma pamiątkowy okolicznościowy medal oraz pozostałe elementy zapewnione w pakiecie startowym pkt 6.D. Każdy uczestnik, który ukończy zmagania, weźmie udział w losowaniu nagród w dniu wydarzenia, bez względu na to w jakiej kolejności wszedł na metę. Na całej trasie obecni będą sędziowie, którzy będą czuwać nad prawidłowym przebiegiem wydarzenia oraz oceną techniki marszu NW. Trasa będzie oznaczona, na całym dystansie. Na stronie www zostanie udostępniona trasa nie później niż tydzień przed datą zawodów. Marsz ma formę rekreacyjną - bez formy rywalizacji. Uczestnicy marszu wezmą udział w losowaniu nagród.

## **9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne,
- Wszyscy uczestnicy biorą udział na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy,
- Dyrektor biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których jest zobowiązany poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie.
- Organizator biegu zapewnia dla uczestników posiłek i napoje po biegu, oraz medale. - Odebranie numeru startowego przez uczestnika biegu głównego jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.
- Organizator informuje, że numery startowe są przydzielane zawodnikom/-czkom, którzy uiścili opłatę startową przed dniem zawodów tj. 08/09/2018, pozostałe osoby bez opłaty nie mają zagwarantowanego startu

- ilość dodatkowych numerów startowych w dniu zawodów jest ograniczona.
- Organizator zaleca uczestnikom posiadanie aktualnych badań lekarskich stwierdzających zdolność do udziału w biegu długodystansowym.
- Wartość i ilość nagród rzeczowych jest uzależniona od ilości pozyskanych sponsorów
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy
- Parking dla samochodów znajduje się w wyznaczonych miejscach przez Organizatora
- Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora
- Zawody odbywają się przy ograniczonym ruchu drogowym.
- Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad ruchu drogowego.
- Organizator informuje, że nagrody należy odebrać w dniu zawodów, organizator nie wysyła nagród pocztą.
- Organizator informuje, że NIE ma możliwości przepisania numeru startowego na inną osobę.
- Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć i filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystania w Internecie lub w transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.
- Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatora poprzez umieszczanie na nośnikach elektronicznych, w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych, w gazetach i na wystawach, jak również na potrzeby promocyjno-reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora.
- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.