

# Regulamin 2018

Lisia Góra, 10.06.2018



## 2 Bieg w Pogoni za Liskiem

LISIA GÓRA  
10 / 06 / 2018

### Impreza sportowo – rekreacyjna

pn. „Pokochaj szczerze trening w plenerze – sportowy weekend w Lisiej Górze”  
w ramach 100-rocznicy odzyskania przez Polskę Niepodległości



PATRONAT HONOROWY WÓJT GMINY LISIA GÓRA

Arkadiusz Mikuła

## 1. CEL IMPREZY

- Popularyzacja i upowszechnianie biegania
- Promocja Gminy Lisia Góra
- Integracja środowiska lokalnego

## 2. PATRONAT HONOROWY

- Wójt Gminy Lisia Góra - Arkadiusz Mikuła

## 3. ORGANIZATOR

- Gminny Ośrodek Kultury w Lisiej Górze  
- Kępa Sport

## 4. TERMIN I MIEJSCE:

- 10 czerwca 2018r. (niedziela)  
- Miejscowość: Lisia Góra, Stadion Sportowy w Lisiej Górze

Program:

- Biuro zawodów – od 9:00 – 10:30
- Start Biegów Dzieci: 10:00
- Start Biegu Głównego: 11:00 (zamknięcie trasy 13:00)
- Start Nordic Walking / Bieg Rodzinny – 5.5 km: 11:00 (zamknięcie trasy 13:00)

## 5. Bieg główny:

- Dystans: ok 11 km
- Start o godzinie: 11:00
- Limit czasowy: 120 minut
- Trasa oznakowana co 1 km, 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

**Klasyfikacja OPEN – Kobiety / Mężczyźni**

**Prowadzone będą kategorie wiekowe:**

M-1 16 - 29 lat	K-1 16 - 29 lat
M-2 30 - 39 lat	K-2 30 - 39 lat
M-3 40 - 49 lat	K-3 40 - 49 lat
M-4 50 - 59 lat	K-4 50 - 59 lat
M-5 60 lat +	

**Dodatkowa klasyfikacja:** Najmłodszy, Najstarszy i najstarsza uczestnik/-czka biegu

## 6. WARUNKI UCZESTNICTWA w BIEGU GŁÓWNYM i Nordic Walking / Biegu Rodzinnym

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.kepassport.pl](http://www.kepassport.pl) /Dz.Ustaw nr 101, poz 1095/ lub przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.**

### D. PAKIET STARTOWY Bieg główny, Bieg Rodzinny i Nordic Walking

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

- numer startowy
- elektroniczny pomiar czasu
- artykuły pozyskane od sponsorów
- upominek sportowy
- 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. Zastąpienie 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.

## 7. ZGŁOSZENIA:

- Biuro zawodów mieści się w miejscu STARTU /METY – **Lisia Góra**, Stadion Sportowy w Lisiej Górze

- 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 9.00 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 **29 zł** przelew - do 10 kwietnia 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **39 zł** przelew - do 10 maja 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **40 zł** przelew - do 6 czerwca 2018 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **50 zł** w biurze zawodów – 10 czerwca 2018 ( ilość miejsc ograniczona )

**Mieszkańcy Gminy Lisia Góra – start w biegach mają BEZPŁATNY ( należy uzupełnić formularz na stronie Kępa Sport) i najpóźniej do dnia 31.05.2018 potwierdzić swój start pod telefonem , Edward Kędziński – 605 875 999 ( w innym wypadku osoba bez potwierdzonego startu zostanie usunięta z listy startowej ; w dniu zawodów ilość pakietów ograniczona do 30 osób)**

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

- 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 - 200 uczestników opłaconych ( 11km, Bieg Rodzinny, Nordic Walking)** - po osiągnięciu limitu - formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów w biurze zawodów.
- D. Organizator gwarantuje pierwszym 200 uczestnikom na mecie medale.

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

### II. Marsz Nordic Walking / Bieg Rodzinny (trasa 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** na konto - do 10 maja 2017 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **35 zł** na konto - do 6 czerwca 2017 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **50 zł** w biurze zawodów 10 czerwca 2018

Podstawowy pakiet startowy Nordic Walking przedstawiony jest w pkt 6.D.

### III. Biegi dla dzieci i młodzieży

**Udział w biegach dla dzieci i młodzieży - jest DARMOWY.**

**W biegach dzieci i młodzieży obowiązuje limit 200 zgłoszeń** - po osiągnięciu limitu - formularz

zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów biurze zawodów.

## 8. NAGRODY

### A. Nagrody Bieg Główny – 11 km

- a. Kategoria OPEN K / M
  - i. 1 msc. Nagroda Rzeczowa
  - ii. 2 msc. Nagroda Rzeczowa
  - iii. 3 msc. Nagroda Rzeczowa
- b. Kategorie wiekowe K / M
  - i. Zostaną przedstawione do 30 maja 2018

Ilość nagród może się zwiększyć – w przypadku pozyskać dodatkowych sponsorów.

### B. Nagrody Bieg Rodzinny – 5.5 km

- a. Kategoria OPEN K / M
  - i. 1 msc. Nagroda Rzeczowa
  - ii. 2 msc. Nagroda Rzeczowa
  - iii. 3 msc. Nagroda Rzeczowa

## Wśród uczestników biegu odbędzie się losowanie cennych nagród.

### C. 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 określa limit czasowy na 120 min, zamknięcie trasy nordic walking nastąpi o godzinie 13:00.**

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 oznaczenie informujące co 1km.

Na stronie www zostanie udostępniona trasa nie później niż tydzień przed datą zawodów.

**Marsz ma formę rekreacyjną - bez formy rywalizacji.**

## LOSOWANIE NAGRÓD RZECZOWYCH WŚRÓD UCZESTNIKÓW MARSZU NORDIC WALKING

## 9. BIEGI DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

**Od godz. 10:00** odbędą się biegi dla dzieci i młodzieży na następujących dystansach:

- dystans 100 m. dla przedszkolaków (od 4 lat - do 6 lat) /dziewczęta i chłopcy/
- dystans 250 m. dla uczniów I - III klasa podst. /dziewczęta i chłopcy/
- dystans 500 m. dla uczniów IV - VI klasa podst. /dziewczęta i chłopcy/
- dystans 1000m dla uczniów I-III klasa gimnazjum, VII-VIII klasa podst. /dziewczęta i chłopcy/

**W biegach dzieci i młodzieży obowiązuje limit 200 zgłoszeń.**

Wszyscy uczestnicy biegów dla dzieci i młodzieży otrzymają pamiątkowe medale.

### **Nagrody biegi dla dzieci i młodzieży**

Nagrody w kategoriach wiekowych dla chłopców i dziewcząt

1. miejsce: nagrody rzeczowe
2. miejsce: nagrody rzeczowe
3. miejsce: nagrody rzeczowe

## 10. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

**- Bieg odbywać się będzie przy ograniczonym ruchu drogowym - służby zabezpieczające to: ochotnicza straż pożarna z Lisiej Góry oraz Policja, organizacja łączności na biegu – kontakt: Dyrektor GOK Lisia Góra Edward Kędziński - tel 605 875 999, Leszek Kępiński – tel. 665 611 079, – [kontakt@kepasport.pl](mailto:kontakt@kepasport.pl)**

- 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 zapewnia pomoc medyczną dla uczestników biegu w postaci ambulansu z dwuosobową obsługą ratownictwa medycznego oraz ratownikiem medycznym na starcie/mecie zawodów. Za wyścigiem porusza się ambulans, a za ambulansem pilot zamykający.
- 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. 10/06/2018, 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 wyśle 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.

#### **Dyrektor Biegu**

Edward Kędziński

Tel. 605 875 999

Leszek Kępiński

Tel. 665 611 079

Kępa Sport

[kontakt@kepasport.pl](mailto:kontakt@kepasport.pl)

[www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl)