



Regulamin 2018

2 ZDROWY PROJEKT RUN

Bieg Pamięci Trenera Emila Wzorka

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 miasta Tarnowa i regionu Małopolski

3. ORGANIZATOR

- Kępa Sport
- Stowarzyszenie Kępa Sport
- Zdrowy Projekt
- LKS Burzyn

4. WSPÓLORGANIZATORZY

- Urząd Miasta Tarnowa
- Sponsorzy

5. TERMIN I MIEJSCE:

- 19 sierpnia 2018r. (niedziela) - Tarnów
- Rozpoczęcie zawodów godzina: 11:00
- **Biuro zawodów od godz. 9:00 – 10:45** - ul. Piłsudskiego 32, Tarnów (Stadion Lekkoatletyczny im. Trenera Emila Wzorka)

6. BIEG GŁÓWNY 10 km , Bieg 5 km i Nordic Walking 5 km:

- Dystans: ok. 10 km i 5 km
- **Start o godzinie: 11:00**
- Limit czasowy: 90 minut

- Start i Meta - ul. Piłsudskiego 32, Tarnów (**Stadion Lekkoatletyczny** im. Trenera Emila Wzorka)
- Trasa oznakowana co 1 km, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie chwilowo wstrzymany, obowiązuje ruch prawostronny (dokładna trasa dostępna na stronie www.kepasport.pl)
- **Pomiar czasu: elektroniczny**



Klasyfikacja OPEN – Kobiety / Mężczyźni (bieg 5 km i 10 km)

Prowadzone będą kategorie wiekowe w biegu na 10 km:

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 lat i więcej
M-5 60 lat i więcej	

Dodatkowa klasyfikacja: Najstarszy i najstarsza uczestniczka biegu

7. Program:

Biegi dla dzieci i młodzieży odbędą się na następujących dystansach:

- Godz. 10.00 - Biegi dzieci i młodzieży (na stadionie)

- dystans 100 m. dla przedszkolaków (od 4 lat - do 6 lat) /dziewczęta i chłopcy/
- dystans 250 m. dla uczniów I - III klasa /dziewczęta i chłopcy/
- dystans 400 m. dla uczniów IV - VI klasa /dziewczęta i chłopcy/
- dystans 800 m. dla uczniów VII - VIII klasa i Gimnazjum /dziewczęta i chłopcy/

- Godz. 11:00 – Start Biegu 10 km, Biegu na 5 km i Nordic Walking 5 km

W biegach dzieci i młodzieży obowiązuje limit 150 zgłoszeń.

Wszyscy uczestnicy biegów dla dzieci i młodzieży otrzymają pamiątkowe medale.

W każdej kategorii przewidziano nagrody rzeczowe za miejsca I-III.

8. WARUNKI UCZESTNICTWA w BIEGU 10 km, 5 km i Nordic Walking 5 km

A. Impreza ma charakter otwarty.

B. Prawo uczestnictwa w biegu i nordic walking 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. /Dz.Ustaw nr 101, poz 1095/ lub przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.**

D. PAKIET STARTOWY (10 km, 5 km, Nordic Walking 5 km)

W ramach opłaty startowej każdy uczestnik **biegu i nordic walking** otrzymuje pakiet startowy, na który składają się:

- numer startowy
- elektroniczny pomiar czasu
- artykuły pozyskane od sponsorów
- odlewany pamiątkowy medal na mecie
- pamiątkowych gadżet z wydarzenia



- wodę na trasie i mecie zawodów
- opiekę medyczną na trasie i mecie
- materiały informacyjne i reklamowe
- zdrowy posiłek regeneracyjny na mecie

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.

F. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.

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

9. ZGŁOSZENIA:

- Zgłoszenia do biegu głównego dostępne są przez Internet strona: www.kepasport.pl lub w biurze zawodów od 9.00 do 10.45 w dniu zawodów. Jedynie wniesienie opłaty startowej gwarantuje otrzymanie numeru startowego.
- Zgłoszenia do darmowych biegów towarzyszących przyjmowane są w biurze zawodów od 9.00 w dniu zawodów oraz na www.kepasport.pl.

I. Bieg główny 10 km / bieg 5 km / Nordic Walking 5 km

- Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie www.kepasport.pl lub formularza pisemnego i wpłacenie opłaty startowej:

- w wysokości 25 zł **na konto** - do 31 lipca 2018 (przelew)
- w wysokości 35 zł **na konto** - do 16 sierpnia 2018 (przelew)
- w wysokości 50 zł **w biurze zawodów** 19 sierpnia 2018

Wpłaty przyjmowane są poprzez stronę www.kepasport.pl – **szybkie przelewy On-Line** za pomocą systemu TPAY.com dostępnego na stronie www.kepasport.pl

- Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku
- Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi, nie ma również możliwości przeniesienia jej na inną osobę.
- OBOWIĄZUJE LIMIT ZGŁOSZEŃ - 300 uczestników opłaconych!** - po osiągnięciu limitu - formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów w biurze zawodów.

II. Biegi dla dzieci i młodzieży

Udział w biegach dla dzieci i młodzieży - jest DARMOWY.

W biegach dzieci i młodzieży obowiązuje limit 150 zgłoszeń.



10. NAGRODY:

A. Bieg główny 10 km

Nagrody w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn:

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

Nagrody w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn:

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

B. Bieg masowy 5 km

Nagrody w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn:

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

Miejsca w kategoriach OPEN i wiekowych - NIE dubluja sie.

LOSOWANIE NAGRÓD RZECZOWYCH WŚRÓD UCZESTNIKÓW BIEGU GŁÓWNEGO 10 km i 5 km

C. Marsz Nordic Walking - ma formę rekreacyjną - bez formy rywalizacji.

Organizator nie prowadzi klasyfikacji. Limit czasowy: 90 minut

LOSOWANIE NAGRÓD RZECZOWYCH WŚRÓD UCZESTNIKÓW Marszu Nordic Walking.

D. 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

11. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie chwilowo wstrzymany, obowiązuje ruch prawostronny (dokładna trasa dostępna na stronie www.kepasport.pl), organizacja łączności na biegu – kontakt: Leszek Kępiński – tel. 665 611 079, Jarosław Makowiec – tel. 604 392 461 –

kontakt@kepasport.pl



- Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad ruchu drogowego
- Organizator informuje, że numery startowe są przydzielane zawodnikom/-czkom, którzy uiścili opłatę startową przed dniem zawodów tj. 16.08.2018, pozostałe osoby bez opłaty nie mają zagwarantowanego startu – ilość dodatkowych numerów startowych w dniu zawodów jest ograniczona
- 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.
- Uczestnicy biegów NIE są ubezpieczeni przez organizatora.
- Odebranie numeru startowego przez uczestnika biegu głównego jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.
- 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
- 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.
- Zgoda na udział w biegu jest dobrowolna oraz uczestnik/-czka ma prawo cofnąć zgodę w każdym czasie, ma prawo dostępu do danych, ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia ich przetwarzania, prawo sprzeciwu, prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego lub przeniesienia danych.
- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

Dyrektor Biegu:

Leszek Kępiński
tel. 665 611 079



Z D R W Y
P R O J E K T R U N



kontakt@kepasport.pl