

5 TARNOWSKI BIEG SYLWESTROWY

Regulamin

30.12.2018

1. CEL IMPREZY:

- popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy sportu i rekreacji ruchowej zarówno wśród dorosłych jak i młodzieży,
- propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia

2. ORGANIZATOR:

- PTG „Sokół – Świat Pracy” w Tarnowie
- Zespół Szkół Ekonomiczno – Ogrodniczych w Tarnowie

3. TERMIN I MIEJSCE: - 30 grudzień 2018r. (niedziela)

- Miejscowość: Tarnów (Pałac Sanguszków) , ul. Sanguszków 28
- Rozpoczęcie zawodów godzina: 12:00
- Biuro zawodów – czynne od 9:00 do 11:30
- Dekoracja zwycięzców - godz. 14:00
- Losowanie nagród rzeczowych – godz. 14:30

4. DYSTANSE:

- Bieg Główny – 10 km
- Bieg masowy – 5 km
- Marsz Nordic Walking - 5 km
- Wspólny Start o godzinie 12:00
- Limit czasowy: 90 minut

Marsz Nordic Walking ma formę rekreacyjną z pomiarem czasu - bez formy rywalizacji. Organizator nie prowadzi klasyfikacji.

- Trasa oznakowana co 1 km, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie ograniczony, obowiązuje ruch prawostronny (dokładna trasa dostępna na stronie www.kepasport.pl)
- Trasa szybka, 90% asfalt i beton, 10% teren
- Pomiar czasu: elektroniczny

5. Klasyfikacja: OPEN – Kobiety / Mężczyźni

W biegu głównym (10 km) dodatkowo 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 – 49lat

K-3 40 – 49 lat

M-4 50 - 59 (i więcej) K-4 50 - 59 lat (i więcej)

Dodatkowa klasyfikacja:

- Najstarszy i najstarsza uczestnik/-czka biegu
- Najlepszy „Sokół” (zawodnik/zawodniczka PTG „Sokół Świat - Pracy”)

6. WARUNKI UCZESTNICTWA w Biegu Głównym, Masowym i Marszu Nordic Walking:

A. Impreza ma charakter otwarty.

B. Prawo uczestnictwa w biegu głównym 10km oraz masowym 5 km mają osoby pełnoletnie, oraz osoby w wieku od 16 lat (ur. 2002r.), 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. /Dz. Ustaw nr 101, poz. 1095/ lub przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.

D. PAKIET STARTOWY Bieg główny, masowy i Marsz 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
- wodę na mecie zawodów
- materiały informacyjne i reklamowe
- pamiątkowy medal na mecie
- posiłek na mecie

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.

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 budynku Pałacu Sanguszków – Zespół Szkół Ekonomiczno - Ogrodniczych w Tarnowie , ul. Sanguszków 28

- Zgłoszenia do biegu głównego, masowego i marszu nordic walking dostępne są przez Internet na stronie: www.kepasport.pl Weryfikacja oraz odbiór pakietów startowych w biurze zawodów od 9:00 do 11.30

I. Bieg główny 10 km

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

- w wysokości 29 zł przelew - do 10 listopada 2018
- w wysokości 39 zł przelew – do 10 grudnia 2018
- w wysokości 49 zł przelew – do 27 grudnia 2018

Brak możliwości wpłat oraz zapisów w dniu zawodów !!!

Wpłaty za pośrednictwem przelewów On-Line na stronie 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.

II. Bieg masowy 5 km i Marsz 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 24 zł przelew - do 10 listopada 2018
- w wysokości 34 zł przelew - do 10 grudnia 2018
- w wysokości 44 zł - do 27 grudnia 2018

Wpłaty za pośrednictwem przelewów On-Line na stronie www.kepasport.pl (na liście startowej)

III. OBOWIĄZUJE LIMIT ZGŁOSZEŃ

200 uczestników opłaconych!!! - po osiągnięciu limitu - formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów biurze zawodów.

8. NAGRODY:

A. Bieg główny 10 km

Nagrody w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn:

1. miejsce: puchar + nagroda rzeczowa
2. miejsce: nagroda rzeczowa
3. miejsce: nagroda rzeczowa

Nagrody w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn:

1. miejsce: statuetka + nagroda rzeczowa
2. miejsce: nagroda rzeczowa
3. miejsce: nagroda rzeczowa

Miejsca w kategoriach OPEN i wiekowych - NIE dublują się.

B. Bieg masowy 5 km

Nagrody w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn:

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

LOSOWANIE NAGRÓD RZECZOWYCH WŚRÓD UCZESTNIKÓW BIEGU GŁÓWNEGO 10 km, 5 km i Nordic Walking

9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie częściowo ograniczony, obowiązuje ruch prawostronny (dokładna trasa dostępna na stronie www.kepasport.pl)
- Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad ruchu drogowego
- Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne,
- Wszyscy uczestnicy biorą udział na własną odpowiedzialność i nie będą wносить żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy,

- Organizator 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.
- 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 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.

Koordynator zawodów:

Maciej Pokorny

tel. 605 151 730



Tarnów, dn. 15.10.2018 r.