

## REGULAMIN

### III USTRZYCKIEGO BIEGU ULICZNEGO

#### „Biegnij z Jedyneką”

Ustrzyki Dolne, 27.05.2017

#### 1. Cel

- Popularyzacja biegów jako najprostszej formy ruchu i podnoszenia sprawności fizycznej
- Rywalizacja wśród dzieci, młodzieży i dorosłych
- Integracja środowiska sportowego Ustrzyk Dolnych

#### 2. Organizatorzy

- ZSP Nr 1 Ustrzyki Dolne
- Urząd Miejski w Ustrzykach Dolnych
- Ustrzycki Dom Kultury w Ustrzykach Dolnych
- Komenda Powiatowa Policji w Ustrzykach Dolnych
- Straż Graniczna w Krościenku

#### 3. Termin, miejsce i trasa:

27 maja 2017r. (sobota)

**bieg główny godz. 12<sup>00</sup>**, start ul. Kopernika – (w lewo) ul. Szkolna - (w prawo) ul. Wyzwolenia – (w prawo) - ul. Pionierska – (w lewo) ul. Nadgórna – (w prawo) ul. Rieczna - PCK – (w prawo) ul. Łukasiewicza – (w prawo) ul. Gombrowicza – (w lewo) ul. Nadgórna – (przy hotelu Laworta w prawo) – ul. Zielona – Park Pod Dębami Meta

#### 4. Program biegów, grupy wiekowe, dystanse:

27.05

- 8<sup>30</sup> – 10<sup>00</sup> - dodatkowe przyjmowanie zgłoszeń i odbiór numerków startowych – Hala Sportowa w Ustrzykach Dolnych
- godz. 10<sup>30</sup> – biegi dla dzieci – Park pod Dębami
- godz. 12<sup>00</sup> – start biegu głównego – ul. Szkolna, meta – Park Pod Dębami
- godz. 14<sup>30</sup> – zakończenie zawodów – Hala ZSP 1 Ustrzyki D.

#### Kategorie wiekowe i dystanse:

KOBIETY – 4,5 km	MĘŻCZYŹNI – 4,5 km
- K 1 – do 16 lat ur. 2003 – 2001r.	- M 1 – do 16 lat ur. 2003 – 2001r.
- K 2 – 17 – 29 lat ur. 2000 – 1988r.	- M 2 – 17 – 29 lat ur. 2000 – 1988 r.
- K 3 – 30 – 39 lat ur. 1987 – 1978 r.	- M 3 – 30 – 39 lat ur. 1987 – 1978 r.
- K 4 – 40 lat i st. ur. 1977 – i starsze	- M 4 – 40 – 49 lat ur. 1977-1968
	- M 5 – 50 – i starsi 1967 – i starsi
<b>DZIECI</b>	
- Dz. ur. 2006 i młodsze – 0,5 km	- Chł. ur. 2006 i młodszy – 0,5 km
- Dz. ur. 2004-05 – 1,0 km	- Chł. ur. 2004-05 – 1,0 km

## 5. Zgłoszenia:

- Zgłoszenia należy przesłać on-line na <http://kepasport.pl/> (link podany zostanie na stronie organizatora)
- zgłoszenia grupy dziecięcych (ur. w 2004-2012r.) można dokonać przesyłając dane zawodników: tj.:

Lp.	Nazwisko i imię	Rok urodzenia	Szkoła/ Klub/ Miejscowość

- na adres: **Biuro Sportu Urzędu Miejskiego w Hali Sportowej, 38-700 Ustrzyki Dolne, ul. 29 Listopada 19 a**, e-mail: [sport@ustrzyki-dolne.pl](mailto:sport@ustrzyki-dolne.pl) w terminie do 26.05.2017r. do godz. 15<sup>00</sup>.
- Kontakt: Krzysztof Lachowski – tel. 602 324 019
- Wyjątkowo zgłoszenia w dniu zawodów do godz. 10<sup>00</sup> w Biurze Hali.
- ponadto informujemy, że pierwszych 180 zgłoszonych w terminie zawodników w biegu głównym oraz biegu dzieci otrzyma koszulkę zawodów.

## 6. Uczestnictwo:

- w zawodach uczestniczą biegacze amatorzy oraz zawodnicy
- do startu dopuszczone zostaną osoby posiadające aktualne karty zdrowia. Zawodnicy nie posiadający kart zdrowia dopuszczeni zostaną do startu w biegach na podstawie podpisanego oświadczenia, iż nie posiadają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych, a ich stan zdrowia konsultowany jest z lekarzem. W imieniu zawodników do 18 lat oświadczenie podpisują rodzice, opiekunowie, trenerzy, kierownicy ekip itp.

## 7. Nagrody:

- za miejsca I - III w poszczególnych kategoriach wiekowych - medale
- dla zawodników kończących bieg medal uczestnictwa oraz koszulka zawodów.
- **Informujemy, że koszulkę otrzyma pierwszych 180 w terminie (do 26.05.2017) zgłoszonych zawodników w biegu głównym oraz biegu dzieci.**

## 8. Postanowienia końcowe:

- dodatkowe informacje można uzyskać w Biurze Zawodów oraz na stronie: [www.ustrzyki-dolne.pl](http://www.ustrzyki-dolne.pl) zakładka sport
- organizator zastrzega sobie prawo interpretacji kwestii nie ujętych w powyższym regulaminie w uzgodnieniu z jury zawodów
- organizatorzy nie odpowiadają za nieszczęśliwe wypadki, uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
- W dniu zawodów ilość nowych numerów startowych ograniczona. (ok. 30 sztuk)

Kontakt:

Krzysztof Lachowski – tel. 602 324 019

Email: [sport@ustrzyki-dolne.pl](mailto:sport@ustrzyki-dolne.pl)

**Załącznik:**

- oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych

**OŚWIADCZENIE**

Oświadczam, iż / zawodnik/ zawodnicy szkoły/ klubu itp:

.....  
będący pod moja opieką, tj.:

Lp.	Nazwisko i imię	Data ur.	Szkoła/ Klub/ Miejscowość

- nie posiadają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach sportowych, a jego/ ich stan zdrowia konsultowany jest z lekarzem,
- ponadto zgłaszający dokonując zgłoszenia zawodników potwierdzają, że ich zawodnicy zostali poinformowani, iż udział w tego typu zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwościami odniesienia kontuzji, urazów fizycznych a także zasląbień itp.

....., data \_\_\_\_\_

.....

Podpisy, dyrektora szkoły/ kierownika klubu, trenera lub rodziców (prawnych opiekunów)