

REGULAMIN
XIV Biegu o Puchar Szymbarskiego Kasztelu
Szymbark – 19 września 2020 r.

1. Organizatorzy:

UKS „Gryf” Szymbark, Szkoła Podstawowa im. św. Jana Pawła II w Szymbarku, Gmina Gorlice.

2. Termin i miejsce:

19 września 2020 (sobota) o godz. 10.00.

Start i meta: Przystanek Szymbark (teren rekreacyjny w pobliżu Kasztelu w Szymbarku).

Biuro zawodów, szatnie, depozyt – budynek sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej w Szymbarku.

3. Cel imprezy rekreacyjno – sportowej:

- popularyzacja aktywności jaką jest jako aktywność ruchowa dla wszystkich, szczególnie całych rodzin,
- zintegrowanie osób w różnym wieku z różnych grup wiekowych i środowiskowych,
- promocja Gminy Gorlice i jej walorów krajoznawczych,
- promocja zdrowego trybu życia wśród dzieci, młodzieży i osób dorosłych,
- ruch na powietrzu jako zapobieganie chorobom cywilizacyjnym.

4. Warunki uczestnictwa:

- W zawodach mogą brać udział wszyscy chętni zgodnie z określonymi kategoriami wiekowymi.
- Warunkiem uczestnictwa w zawodach są pisemne oświadczenia zawodnika pełnoletniego: o akceptacji regulaminu zawodów, o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zawodach sportowych oraz zgoda na wykorzystanie danych osobowych i wizerunku na potrzeby organizacji imprezy sportowej. Przekazanie danych osobowych Uczestników jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w Wydarzeniu. Uczestnikowi przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych oraz do ich poprawiania. Administratorem danych osobowych jest Dyrektor Szkoły Podstawowej im. św. Jana Pawła II w Szymbarku (38-311 Szymbark 464) oraz firma Kępa Sport.
- W przypadku zawodników niepełnoletnich niezbędna jest także pisemna zgoda rodzica/prawnego opiekuna, na udział podopiecznego w zawodach (druki do odebrania u organizatora).
- Organizator ustala limit uczestników:
 - nordic walking: 40 uczestników
 - dystans 5 km: 60 uczestników
 - dystans 10 km: 100 uczestników. W przypadku wyczerpania się limitu uczestników rejestracja zostanie zamknięta. W razie osiągnięcia limitu uczestników na poszczególnych trasach organizator zastrzega sobie prawo do zmiany liczby uczestników w poszczególnych biegach.

5. Zgłoszenia:

Zapisy online **tylko** poprzez stronę internetową: **kepasport.pl/wydarzenia** do dnia **18.09.2020 r. (piątek)**. **Zapisy na dystansie 5 km, 10 km i nordic walking w dniu zawodów nie będą możliwe. W biurze zawodów będą prowadzone zapisy tylko dla startujących w biegach dla dzieci i młodzieży.**

6. Zasady przeprowadzania zawodów na dystansie 10 km, 5 km oraz nordic walking:

- Pomiar czasu będzie dokonywany systemem elektronicznym z wykorzystaniem czipów (zwrotnych) mocowanych do obuwia.
- Limit czasu na mecie dla uczestników biegu na 5 km i nordic walking wynosi 60 minut, a dla uczestników biegu na 10 km wynosi 90 minut.
- Ustalenie kolejności uczestników na mecie odbywać się będzie na podstawie osiągniętych czasów.
- Podczas imprezy wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte do przedniej części ubioru. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości jest zabronione. Osoby bez widocznego numeru mogą zostać wykluczone z klasyfikacji generalnej.
- Zabrania się wnoszenia na trasę biegów przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych uczestników. Na miejsce imprezy zabrania się wnoszenia środków odurzających, dopingowych, nielegalnych substancji oraz napojów alkoholowych.
- Każdy uczestnik zobowiązany jest posiadać strój sportowy stosowny do warunków pogodowych.
- Niezastosowanie się do postanowień niniejszego Regulaminu, w szczególności skracanie trasy będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodnika.
- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

7. Opłata startowa:

- **Bieg na 10 km: 15 złotych** (do dnia 31.08.2020 r.) **25 złotych** (od dnia 01.09.2020 r.) **Przelewy on-line TPAY.com dostępne na stronie www.kepasport.pl bezpośrednio po zapisaniu się lub na liście startowej (przycisk ZAPŁAĆ w kolumnie Opłacone).**
- **Bieg na 5 km i nordic walking: 10 złotych** (do dnia 31.08.2020 r.) **15 złotych** (od dnia 01.09.2020 r.) **Przelewy on-line TPAY.com dostępne na stronie www.kepasport.pl bezpośrednio po zapisaniu się lub na liście startowej (przycisk ZAPŁAĆ w kolumnie Opłacone).**
- **W dniu imprezy w biurze organizatora nie będzie można dokonać opłaty startowej. Wpłaty należy dokonać wyłącznie przelewem.**
- W przypadku opłaty startowej uiszczonej przelewem na dwa dni przed startem, osoba która nie zostanie oznaczona jako opłacona na liście startowej, zobligowana jest podczas weryfikacji w biurze zawodów do okazania dowodu wpłaty w formie wydruku.
- W przypadku rezygnacji z uczestnictwa opłata startowa nie podlega zwrotowi.
- W biegach towarzyszących, **dla dzieci i młodzieży** (200m, 300m, 600m, oraz 1000m) **nie pobieramy opłaty startowej.**
- W ramach pakietu startowego każdy uczestnik biegów na 5 km, 10 km i nordic walking otrzyma numer startowy, wodę na trasie biegu, zabezpieczenie trasy i pomoc medyczną, a na mecie medal za uczestnictwo oraz posiłek regeneracyjny i napoje.

8. Program zawodów:

- 8.00 – 12.30 – przyjmowanie zgłoszeń oraz weryfikacja zawodników w Biurze Zawodów **(Uwaga! Wydawanie numerów startowych do biegów dla dzieci i młodzieży w godzinach 8.00 – 9.30. Wydawanie numerów startowych i czipów dla startujących w biegu na 5 km i nordic walking w godzinach 9.30 – 11.00. Wydawanie numerów startowych dla startujących w biegu na 10 km w godzinach 11.00 – 12.45)**
- 10.00 – otwarcie imprezy
- 10.10 – bieg najmłodszych (rocznik 2013 i młodsi) dystans 200m

10.25 – bieg dzieci młodszych (roczniki 2011 – 2012) dystans 300 m

10.45 – bieg dzieci starszych (roczniki 2008 – 2010) dystans 600 m

11.00 – bieg młodzieży (roczniki 2006 – 2007) dystans 1000 m

11.30 - bieg na dystansie 5 km K i M (roczniki 2005 i starsi) oraz nordic walking K i M na dystansie 5 km

ok. 11.40 – dekoracja zwycięzców w biegach dzieci i młodzieży

13.30 – bieg główny kobiet i mężczyzn na dystansie 10 km (rocznik 2002 i starsi)

ok. 13.40 – dekoracja zwycięzców w biegu na 5 km i nordic walking

ok. 15.30 – dekoracja zwycięzców i zakończenie imprezy

9. Kategorie w biegu głównym na 10 km kobiet i mężczyzn

Klasyfikacja generalna K i M

K1 – do 25 r. życia (rocznik 1996 i młodsze)

K2 – do 35 r. życia (roczniki 1995 - 1983)

K3 – od 45 r. życia (rocznik 1984 i starsze)

M1 – do 35 r. życia (rocznik 1985 i młodszy)

M2 – do 55 r. życia (roczniki 1965 - 1984)

M3 – od 56 r. życia (rocznik 1964 i starsi)

UWAGA! W przypadku małej liczby uczestników organizatorzy dopuszczają możliwość łączenia kategorii. Wyróżnienia i ewentualne nagrody rzeczowe w klasyfikacji generalnej nie dublują się z kategoriami wiekowymi.

W biegu na 5 km oraz w konkurencji nordic walking przewidziana jest tylko klasyfikacja ogólna kobiet i mężczyzn.

10. Nagrody:

- za miejsca I – puchar, medal, dyplom, upominki rzeczowe,
- za miejsca II – III w biegach 200 m – 10 km – medal oraz dyplom, upominki rzeczowe,
- wszyscy, którzy ukończą biegi otrzymają pamiątkowy medal.

11. Trasy:

Trasy biegów oznakowane o nawierzchni asfaltowej (częściowo szutrowej), o profilu pofalowanym z punktami odświeżana (z wodą) wytyczone w terenie atrakcyjnym widokowo (przyroda i zabytki). Bieg na 5 km – 2 pętle o długości ok. 2,5 km, bieg na 10 km – 2 pętle o długości ok. 5 km, nordic walking – 1 pętla ok. 3 km.

12. Bezpieczeństwo i ograniczenia sanitarne:

- Organizator zwraca uwagę uczestników zawodów na zagrożenia wynikające z uczestnictwa w imprezie sportowej, związane z dużym wysiłkiem fizycznym.
- Organizator zaleca przed startem dokonanie stosownych badań medycznych lub konsultacji lekarskiej, w celu stwierdzenia braku przeciwwskazań do startu w zawodach sportowych, a akceptując niniejszy Regulamin, uczestnik oświadcza, że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w imprezie sportowej.
- Uprasza się uczestników o dokonanie ubezpieczenia NNW we własnym zakresie.
- Uczestnicy zobowiązani są do zachowania zasad bezpieczeństwa podczas biegu oraz przestrzegania ustaleń służb porządkowych zabezpieczających trasę.
- **Organizatorzy ze względów na ograniczenia sanitarne informują, że:**
 - **w biurze zawodów obowiązują wszystkich uczestników (zapisujących i odbierających numery startowe) maseczki oraz dezynfekcja rąk przed i po wejściu,**

- kibice uczestniczący w imprezie mogą przebywać w pobliżu mety biegu tylko w wyznaczonym dla nich sektorze, dbając o zachowanie stosownego dystansu,
 - uczestnikom zawodów zapewnione zostaną niezbędne środki dezynfekujące,
 - pomieszczenia sanitarne: szatnie, toalety, prysznice będą poddawane systematycznej dezynfekcji.
- 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.
 - Organizator zastrzega sobie prawo do ewentualnej zmiany niniejszego Regulaminu oraz o odwołaniu imprezy ze względu na zarządzenia państwowych służb sanitarnych o czym zostaną poinformowani uczestnicy zawodów na stronie internetowej kepasport.pl/wydarzenia

ORGANIZATORZY

Zbigniew Dudek (sędzia główny zawodów) – Prezes Uczniowskiego Klubu Sportowego „Gryf” w Szymbarku
Marek Dziedziak – Dyrektor Szkoły Podstawowej im. św. Jana Pawła II w Szymbarku