

Regulamin

BIEG DARMOWY

Tour de Pogórze - Siemiechów

Termin: 4.09.2022

Gmina: Gromnik

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 gminy Ryglice i regionu Małopolski

2. ORGANIZATOR

- Stowarzyszenie Instytut Badań i Inicjatyw Społecznych
- LKS BURZYN
- Gmina Gromnik

3. TERMIN I MIEJSCE:

- 4 września 2022r. (niedziela) – Siemiechów, Gmina Gromnik
- Start i Meta (Parking Jurasówka - Stacja narciarska, Siemiechów 359, 33-180 Gromnik)
- Biuro zawodów: **9:30-11:30**
- Biegi dzieci – **od 11:00**
- Start Bieg i Marsz Nordic Walking - 7.5 km: **12:00** (zamknięcie trasy 13:30)

4. TRASA BIEGU

- **Dystans: ok. 7.5 km (80%, 20% ścieżki utwardzone asfalt)**
- Limit czasowy: 90 minut
- Trasa oznakowana, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie ograniczony, obowiązuje ruch prawostronny
- Pomiar czasu: elektroniczny

Klasyfikacja Biegu i Marszu Nordic Walking: Open K / M



Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów
Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie

5. Program:

– Biuro zawodów: 9:30-11:30

– Biegi dzieci – od 11:0

- Biegi dzieci i młodzieży

- 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 500 m. dla uczniów IV - VI klasa /dziewczęta i chłopcy/
- dystans 750-1000 m. dla uczniów VII - VIII klasa /dziewczęta i chłopcy/

- **Godz. 12:00 - Start Biegu i Marszu NW** (limit czasu: 90 min)

- **Godz. Ok. 13:30 - 14:00 – Nagrodzenie**

6. WARUNKI UCZESTNICTWA W BIEGU

A. Impreza ma charakter otwarty.

B. 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,

Każdy uczestnik biegu rodzinnego, otrzymuje pakiet startowy, na który składają się:

- numer startowy
- elektroniczny pomiar czasu
- wodę na mecie zawodów
- 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. **Uczestnicy biegu otrzymują CHIPY Startowe , które należy zwrócić na mecie biegu.**

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 dla DOROSŁYCH mieści się w miejscu STARTU: Parking Jurasówka, Stacja Narciarska w Siemiechowie

- Zgłoszenia do biegu głównego i biegów dzieci dostępne są przez Internet na stronie: www.kepasport.pl

A. BIEG jest DARMOWY.

- a. **OBOWIĄZUJE LIMIT ZGŁOSZEŃ - 150 uczestników zgłoszonych (decyduje kolejność zgłoszeń)**
- b. po osiągnięciu limitu - formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów biurze zawodów.

8. NAGRODY

A. Nagrody Bieg Główny / Nordic Walking

a. Kategoria OPEN K / M

- 1 **miejsce.** nagroda rzeczowa
- 2 **miejsce.** nagroda rzeczowa
- 3 **miejsce.** nagroda rzeczowa

B. Biegi dla dzieci i młodzieży

Nagrody w kategoriach wiekowych dla chłopców i dziewcząt

1. **miejsce:** nagroda rzeczowa
2. **miejsce:** nagroda rzeczowa
3. **miejsce:** nagroda rzeczowa

Osoby uczestniczące w wydarzeniu sportowym oraz korzystające z obiektu sportowego lub sprzętu sportowego są obowiązane do dezynfekcji rąk, wchodząc i opuszczając obiekt, wydarzenie sportowe.



Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów
Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie

9. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Bieg odbywać się będzie przy ograniczonym ruchu drogowym - służby zabezpieczające to: Ochotnicza Straż Pożarna z Gminy Gromnik, organizacja łączności na biegu – kontakt Jarosław Makowiec – tel. 604 392 461 – kontakt@burzyn.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.
- Uczestnicy biegów nie są ubezpieczeni przez organizatora.
- 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 zaleca uczestnikom posiadanie aktualnych badań lekarskich stwierdzających zdolność do udziału w biegu długodystansowym.
- 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.
- 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:

Jarosław Makowiec
tel. 604 392 461

kontakt@burzyn.pl



Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów
Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie