

# Regulamin

**BIEG DARMOWY**

**Tour de Pogórze**

## Swoszowski Bieg Papieski

**Termin: 14.05.2023**

**Gmina: Szerzyny**

### 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
- Gmina Szerzyny
- Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Swoszowej

### 3. TERMIN I MIEJSCE:

- 14 maja 2023r. (niedziela) – Swoszowa, Gmina Szerzyny
- Start i Meta (Parking przy Kościele w Swoszowej - Swoszowa 77, 38-246 Swoszowa)
- Biuro zawodów: **12:00-14:30**
- Biegi dzieci – **od 14:00**
- Start Bieg i Marsz Nordic Walking - 5 km: **15:00** (zamknięcie trasy 16:00)

### 4. TRASA BIEGU

- **Dystans: ok. 5 km ( 90%, 10% ścieżki utwardzone)**
- Limit czasowy: 60 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

### **Biegi dzieci i młodzieży** Open K / M

- 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/

## **5. 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.

## **6. ZGŁOSZENIA**

- Zgłoszenia do biegu głównego i biegów dzieci dostępne są przez Internet na stronie: [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl)

### **A. BIEG jest DARMOWY.**

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



## 7. NAGRODY

### A. Nagrody Bieg Główny / Nordic Walking

Kategoria OPEN K / M

1 **miejsce**: nagroda rzeczowa

2 **miejsce**: nagroda rzeczowa

3 **miejsce**: nagroda rzeczowa

### B. Biegi dla dzieci i młodzieży (w każdej kategorii wiekowej)

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.**

## 8. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Bieg odbywać się będzie przy ograniczonym ruchu drogowym - służby zabezpieczające to: Ochotnicza Straż Pożarna z Gminy Szerzyny, organizacja łączności na biegu – kontakt Jarosław Makowiec – tel. 604 392 461 – [kontakt@kepasport.pl](mailto:kontakt@kepasport.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



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

- 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

[stowarzyszenie@burzyn.pl](mailto:stowarzyszenie@burzyn.pl)



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