

**REGULAMIN II KRASZEWSKIEGO BIEGU PO ZDROWIE (bieg główny na 10 km, bieg towarzyszący na dystansie 3 km, marsz NW na 6km, bieg dla dzieci na ok. 300m)
KRASZEWO-GACZUŁTY K.RACIĄŻA, 03.06.2018**

I. CELE BIEGU

1. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej oraz zdrowego trybu życia.
2. Wspieranie imprez biegowych dla dzieci oraz młodzieży.
3. Promocja Gminy Raciąż a w szczególności sołectwa Kraszewo-Gaczułty.
4. Integracja środowiska biegaczy na płaszczyźnie sportowej rywalizacji, propagowanie idei fair-play.
5. Uatrakcyjnienie oferty rekreacyjnej dla turystyki przyjazdowej i mieszkańców regionu.

II. ORGANIZATOR

- Gmina Raciąż
- Ochotnicza Straż Pożarna w Kraszewie-Gaczułtach
- Koło Gospodyń Wiejskich w Kraszewie-Gaczułtach
- Klub Biegacza Im. P. Sękowskiego w Płońsku (współorganizator)

III. TERMIN I MIEJSCE

03.06.2018r. (niedziela) - Kraszewo-Gaczułty k. Raciąży – teren remizy
Bieg główny 10 km - pomiar czasu ręczny – oficjalnym czasem jest czas brutto.
Bieg towarzyszący na 3 km, marsz NW na 6 km oraz bieg dziecięcy na ok. 300m – bez pomiaru czasu.

IV. SEKRETARIAT ZAWODÓW

1. Zgłoszenia udziału (biegi na 10km , 3km oraz marsz NW) wyłącznie za pośrednictwem portalu <https://elektronicznezapisy.pl> **do dnia 27.05.2018r.** lub do wyczerpania limitu miejsc. Zgłoszenia do biegu dziecięcego – w biurze zawodów bezpośrednio przed biegiem.
2. Zgłoszenia będą przyjmowane również w dniu zawodów (o ile będą jeszcze miejsca) w godzinach 9:30-11:00 w sekretariacie usytuowanym w pobliżu linii mety. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty, w przypadku osób niepełnoletnich legitymację szkolną. Każdy uczestnik biegu zobowiązany jest do wypełnienia i podpisania formularza zgłoszeniowego.

V. TRASY

Bieg główny odbędzie się na trasie wokół Kraszewa-Gaczułt na dystansie **10km** . Trasa w całości oznaczona. Zawody odbędą się przy ograniczonym ruchu kołowym.
Limit czasowy na pokonanie trasy w biegu głównym wynosi 90 minut.
Bieg towarzyszący odbędzie się na trasie liczącej ok. 3km, marsz NW - 6 km (dwa okrążenia), bieg dziecięcy na dystansie ok.300m

VI. PROGRAM ZAWODÓW

1. 09:30 – 11:00 – przyjmowanie zgłoszeń i wydawanie numerów startowych
2. 11:30 – start biegu towarzyszącego na 3km
3. 12:00 – start biegu głównego na 10km
4. 12:05 – start marszu NW na 6km
5. 12:10 – bieg dziecięcy na ok. 300m
6. 14:00 – uroczyste zakończenie zawodów (dekoracje zwycięzców, losowanie upominków wśród wszystkich uczestników)

VII. WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W biegu głównym prawo startu mają zawodnicy, którzy do dnia 03.06.2018r. ukończyli 18 lat oraz przedstawią aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub własnoręcznie złożą podpis pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu na własną odpowiedzialność. Dopuszcza się udział zawodników mających ukończone 16 lat za pisemnym pozwoleniem rodziców/opiekunów.
2. Każdy uczestnik otrzyma numer startowy.
3. Organizatorzy **nie pobierają** opłat startowych.
4. Obowiązuje limit – 150 osób łącznie w obu biegach oraz marszu NW.

VIII. KLASYFIKACJA

1. Bieg główny zostanie rozegrany w kategoriach kobiet i mężczyzn.
2. Bieg towarzyszący zostanie rozegrany w kategoriach kobiet i mężczyzn.
3. Marsz NW zostanie rozegrany w kategoriach kobiet i mężczyzn.

4. Bieg dziecięcy – bez klasyfikacji.

IX. NAGRODY

1. W klasyfikacji generalnej biegu głównego kobiet i mężczyzn nagrody za miejsca I – III.
2. W klasyfikacji biegu towarzyszącego nagrody za I-III miejsce w kategorii kobiet i mężczyzn.
3. W klasyfikacji marszu NW nagrody za I-III miejsce w kategorii kobiet i mężczyzn.
4. Bieg dziecięcy – wszyscy uczestnicy otrzymują drobne upominki.
5. Nagroda Sołtysa dla najstarszego oraz najmłodszego uczestnika.
6. Nagrody dla najszybszej biegaczki i najszybszego biegacza Gminy Raciąż w biegu głównym oraz biegu towarzyszącym.
7. Wszyscy zawodnicy, którzy przekroczą linię mety otrzymają pamiątkowe medale.
8. Losowanie upominków wśród wszystkich uczestników (prosimy o zachowanie numerów startowych).

X. UWAGI ORGANIZATORÓW

1. Zawody odbędą się bez względu na pogodę.
2. Organizator zapewnia wodę (w trakcie i po zawodach).
3. Organizator udostępni szatnię – przebieralnię oraz parking, nie przewiduje się depozytów.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

2. W sprawach spornych i nie ujętych regulaminem decydują organizatorzy.
3. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo ewentualnych zmian regulaminu.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki spowodowane z winy uczestników i za rzeczy zaginione.
5. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
6. Zabezpieczenie medyczne zapewnia organizator.
7. Komunikat z zawodów oraz wyniki zostaną zamieszczone na stronie internetowej organizatora <http://raciaz.iap.pl> oraz współorganizatora <https://www.facebook.com/klubbiegaczaplonsk>
8. Uczestników obowiązuje estetyczny ubiór i obuwie sportowe.
9. Podczas biegów oraz marszu NW wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na piersiach. Osoby z zasłoniętym numerem startowym w części lub w całości nie będą klasyfikowane.
10. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.

ORGANIZATORZY

by and w.2 2018.03.23