

REGULAMIM

" Bieg Żółwia" IV Bieg Grodziski o puchar Wójta Gminy Grodzisko Dolne .

1.Cel imprezy:

- Popularyzacja biegów masowych oraz biegania jako najprostszej formy ruchu.
- Promocja gminy i regionu.
- Promocja zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców gminy i okolic.

2. Organizator:

- Stowarzyszenie " W Naszych Stronach"

3. Partnerzy:

- Gmina Grodzisko Dolne.

4.Termin i miejsce:

- 07 lipiec 2018r. Grodzisko Dolne zalew "czyste" Bar "U Żusta"

5. Program zawodów:

- 16:00 "Mini Szalony Żółw" - bieg dla dzieci w wieku 3-7 lat na dystansie 100 m.
- 16:10 " Dorastający Szalony Żółw" - bieg dla dzieci w wieku 8-11 lat na dystansie 400 m.
- 16:20 " Szalony Żółw" - bieg dla dzieci w wieku 12-15 lat na dystansie 1600 m.
- 17:00 Bieg główny na dystansie 12 km.
- 19:30 Dekoracje Biegów.

6. Trasa i Dystans Biegu Głównego:

- Start i meta biegu znajduje się na terenie baru "u Żusta" przy zalewie " czyste"
- Trasa liczy 12 km jedna pętla, 60% to droga asfaltowa a 40% to droga gruntowa polna.
- Trasa bez atestu. Będzie oznakowana co 1km znakami pionowymi lub poziomymi.
- Zawodników obowiązuje limit czasowy 120 minut. Zawodnicy którzy nie ukończą biegu w

regulaminowym czasie zobowiązani są do zejścia z trasy, zdjęcia numeru startowego i zwrotu (czipa) do punktu zwrotu przy mecie lub biura zawodów.

- Na 6km trasy będzie znajdował się punkt nawadniający (woda + czekolada)

7. Biuro zawodów. Depozyty.

- Biuro zawodów czynne będzie w dniu zawodów w godz. 14:00 - 16:30 i znajdować się będzie na terenie baru " u Żusta " Zalew "czyste" Grodzisko Dolne.
- Pozostawienie i odbiór depozytów odbywać się będzie na podstawie numeru startowego.
- Za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie organizator nie odpowiada.

8. Klasyfikacja Generalna Kobiet i Mężczyzn w Biegu Głównym.

- Klasyfikacja w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn:

• K ,M - 20	16-29 lat
• K, M - 30	30-39 lat
• K, M - 40	40-49 lat
• K, M - 50	50-59 lat
• K, M -60	60 lat i więcej
- Kategoria Najszybsza i Najszybszy Mieszkaniec Gminy Grodzisko Dolne

9. Warunki uczestnictwa:

- Zawodnicy startują wyłącznie na własną odpowiedzialność.
- Organizator nie odpowiada za zły stan zdrowia lub ukryte choroby.
- Zgłoszenia do biegu dzieci jak i do biegu głównego na formularzu elektronicznym do 5 lipca po wpłaceniu wpisowego. Zgłoszenia i wpłata wpisowego znajduje się na <http://timekeeper.pl/>
- Osoby niepełnoletnie mogą startować w biegu za okazaniem pisemnej zgody prawnego opiekuna.
- Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie zaświadczeni o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu oraz okazanie dokumentu tożsamości, celem weryfikacji danych osobowych.
- Kwota wpisowego:

30 zł do dnia 30 maja 2018r.

45 zł do dnia 5 lipca 2018r.

60 zł w dniu zawodów.

20 zł dla biegaczy z Grodziskiej Grupy Biegowej "Szalone Żółwie".

Z opłaty startowej zwolnione są osoby które do dnia zawodów 7 lipca 2018r ukończyły 60 lat.

Bieg dla dzieci jest bezpłatny.

- Limit zawodników 200 osób.
- W dniu zawodów ilość pakietów ograniczona!!!
- Prawo startu mają, osoby które wypełniły formularz zgłoszeniowy oraz wpłaciły wpisowe.
- o kolejności zgłoszenia decyduje wpłata.
- Po zakończeniu biegu i dekoracji zostanie przeprowadzone losowanie nagród w śród uczestników biegu.

10. Nagrody:

- W biegu głównym miejsca 1-3 puchary i dyplomy.
- Wśród kobiet trzy najszybsze zawodniczki - puchary i dyplomy.
- W kategoriach wiekowych wśród kobiet i mężczyzn miejsca 1-3 dyplomy i drobne upominki w zależności od pozyskanych sponsorów.
- Najszybsza zawodniczka i najszybszy zawodnik w Gminie Grodzisko Dolne -puchary.
- Najmłodszy i najstarszy uczestnik biegu -drobny upominek.
- Zwycięzcy biegu głównego nie będą uwzględniani w klasyfikacji kategorii wiekowej.
- W biegach dzieci trzy pierwsze miejsca w poszczególnych przedziałach wiekowych puchary i dyplomy.

11.Pakiet Startowy:

- Pamiątkowy medal.
- numer startowy wraz z agrałkami.

- Drobnny upominek biegowy.
- Posiłek regeneracyjny.
- Czip.
- Butelka wody.

12. Informacje i kontakt:

- www.facebook.com/GrodziskaGrupaBiegowa - Szalone Żółwie-
- Grzegorz Nykiel tel.662514297 email. grzegorzianna224@gmail.com
- Małgorzata Pielą tel.600979614 email.malgosiapielea@wp.pl
- Aldona Bocek-Telka tel.696508595 email.aptekaberberis@poczta.onet.pl
- Grzegorz Goleś tel. 669047802 email.djamigo@interia.pl

13. Postanowienia Końcowe:

- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Organizator zapewnia uczestnikom ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków nie powstałych z winy startującego.
- Organizatorzy zastrzegają sobie ostateczne prawo wiążącej interpretacji regulaminu w sytuacjach spornych.