



Bieg i Marsz Nordic Walking charytatywny

Regulamin biegu i marszu nordic walking

I. Organizator

Organizatorem biegu jest:

Gminny Ośrodek Kultury w Tworogu, (42-690 Tworóg) ul. Zamkowa 1

Sołtys i Rada Sołecka w Kotach

Strona internetowa:

- www.gok-tworog.pl
- www.facebook.com/charytatywnybiegimarsz

Koordynatorzy:

- Gminny Ośrodek Kultury
- Adam Wandzik tel. 502-317-521 email: awan74@wp.pl

Podanie danych osobowych jest dobrowolne lecz niezbędne do wzięcia udziału w Biegu i Marszu NW charytatywnym zgodnie z postanowieniami niniejszego Regulaminu. Osobom, które podały dane osobowe, przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych i ich poprawiania oraz odwołania zgody na ich przetwarzanie w każdym czasie. Organizator może przetwarzać dane osobowe w związku z organizacją biegu także we współpracy z innymi podmiotami, wyłącznie w zakresie koniecznym do prawidłowej organizacji zawodów.

II. Cel imprezy

1. Pomoc w leczeniu i rehabilitacji
2. Integracja środowiska biegaczy i miłośników Nordic Walking.

3. Popularyzacja i upowszechnienie biegania, jako najprostszej formy ruchu.
4. Popularyzacja i upowszechnienie marszu nordic walking, jako aktywnej formy spędzania czasu.
5. Promocja zdrowego trybu życia poprzez spędzanie wolnego czasu na sportowo.
6. Promocja uroków Gminy Tworóg i lasów Nadleśnictwa Brynek.

III. Termin, miejsce, trasa biegu

1. Bieg i marsz odbędzie się w dniu **04 sierpnia 2018 roku (sobota)** na terenie leśnym Nadleśnictwa Brynek.
2. Start odbędzie się o godzinie 12:00 w miejscowości Koty przy Boisku Orła Koty ul. Leśna 9 42-690 Tworóg. Zawodnicy na start muszą się zgłosić do godziny 11:50.
3. Długość trasy – około 6 km
4. Limit czasu - 1 godz. 20 minut.
5. Trasa: oznakowana - oznaczony każdy kilometr. Trasa oznaczona tasiemkami oraz strzałkami. Na trasie będą znajdowały się punkty medyczne.
6. Trasa biegu i marszu prowadzi drogami leśnymi o nawierzchni gruntowej.
7. Pomiar czasu elektroniczny – oficjalnym czasem jest czas brutto.
8. Punkt odżywczy zaopatrzonej w wodę będzie się znajdował na około 3 km.

IV. Uczestnictwo

1. Ze względów technicznych, bezpieczeństwa i sprawnego przeprowadzenia zawodów limit zgłoszeń wynosi 200 zawodników. Limit zawodników może zostać zmieniony przez organizatora.
2. W biegu i marszu, prawo startu mają osoby, które do dnia 04.08.2018 roku ukończą 18 lat.
3. Osoby, które w dniu biegu i marszu nie ukończyły 18 lat mają prawo startu tylko za pisemną zgodą rodziców lub prawnych opiekunów zawierającą podpis i nr PESEL opiekuna oraz oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych. Warunkiem dopuszczenia do biegu i marszu jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w biurze zawodów.
4. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu i marszu, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w dniu 04.08.2018 r. Podczas weryfikacji

zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty lub inny dokument na podstawie, którego można stwierdzić jego tożsamość.

5. Biuro Zawodów mieści się w Pawilonie Sportowym w Kotach przy ulicy Leśnej 9 i będzie funkcjonowało w godzinach od 9:30 do 11:30.

6. Podpisanie zgłoszenia jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu i marszu.

7. Dopuszcza się udział Organizatorów w biegu i marszu.

V. Zgłoszenia i opłata startowa

1. Zgłoszenia przyjmowane są za pośrednictwem formularza umieszczonego na stronie internetowej www.zmierzymyczas.pl/zapisy.html do dnia **30.07.2018 r.** **Od dnia 31.07.2018 r. zapisy za pośrednictwem formularza nie będą możliwe. W dniu zawodów tj. 04.08.2018 r. będzie możliwość zapisów w biurze zawodów.**

2. Za zgłoszenie uważa się: wprowadzenie danych w w/w formularzu, wpłacenie opłaty startowej, oraz dostarczenie oświadczenia (w biurze zawodów w dniu imprezy tj. 04.08.2018 r.). Zawodnicy, którzy wniosą opłatę startową na konto organizatora do dnia 30.07.2018r. otrzymują pełny pakiet startowy (decyduje data zaksięgowania wpłaty na konto Organizatora).

Lista zakwalifikowanych uczestników wraz z informacją o dokonanej płatności będzie dostępna na stronie www.zmierzymyczas.pl/zapisy.html.

Podpisy na oświadczeniach zostaną uzupełnione podczas weryfikacji w Biurze Zawodów.

3. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu i marszu albo przedstawienie podczas weryfikacji zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu i marszu.

4. Opłata startowa dla uczestników biegu i marszu zapisanych:

- do dnia 30.07.2018 r. wynosi 30 zł (opcja z pełnym pakietem startowym),

Opłatę należy wносить przelewem na rachunek:

Gminny Ośrodek Kultury w Tworogu ul. Zamkowa 1

42-690 Tworóg

Bank Spółdzielczy Tworóg **94 8466 0002 0000 2206 2000 0001** w tytule przelewu należy wpisać” **opłata startowa oraz imię i nazwisko zawodnika a także kategorię** (bieg czy marsz).

4. Opłata startowa wniesiona w gotówce w dniu zawodów tj. 04.08.2018 r. wynosi 40 zł. Zawodnicy zgłoszeni w dniu zawodów nie mają gwarancji otrzymania pełnego pakietu startowego.

5. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Istnieje możliwość scedowania opłaty na inną osobę tylko za zgodą organizatorów biegu.

6. W ramach opłaty startowej organizator zapewnia: numer startowy, pamiątkowy medal, elektroniczny pomiar czasu, napoje na trasie i mecie, zabezpieczenie medyczne (ratownik), talon na posiłek po biegu, materiały od sponsorów, możliwość skorzystania z szatni i toalety.

7. Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć, filmowana na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystania w Internecie lub transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.

8. Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez organizatora poprzez umieszczenie na nośnikach typu CD-rom, DVD, w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych, w gazetach i na wystawach, jak również na potrzeby promocyjno-reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora

9. Uczestnik biegu i marszu przy odbiorze numeru startowego na formularzu zgłoszeniowym wyraża zgodę i zezwala na wykorzystanie danych na potrzeby przesłania do uczestnika informacji o przyszłych imprezach sportowo-rekreacyjnych, a także na wewnętrzne potrzeby analityczne zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych

z dnia 29 sierpnia 1997r., (t.j. Dz. U. 2016, poz. 922). Uczestnikowi przysługuje prawo wycofania tej zgody i może to zrobić w dowolnym momencie kierując korespondencje na adres Organizatora.

VI. Klasyfikacja

1. Prowadzona będzie klasyfikacja generalna kobiet i klasyfikacja generalna mężczyzn w biegu i marszu nordic walking.

3. Komunikat końcowy zostanie umieszczony na stronie:

- www.zmierzymyczas.pl/wyniki.html,
- www.facebook.com/charytatywnybiegimarsz

VII. Nagrody

1. Zwycięzcy w poszczególnych kategoriach klasyfikacji generalnej (miejsca I-III mężczyźni oraz I-III kobiety) w biegu i marszu NW otrzymają puchary/statuetki i nagrody rzeczowe:

3. Wszystkie zawodniczki i wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg i marsz otrzymają pamiątkowy medal.

4. Wśród wszystkich, którzy ukończą bieg zostaną rozlosowane nagrody niespodzianki.

5. Organizatorzy biegu i marszu nie biorą udziału w losowaniu nagród oraz w przypadku zdobycia miejsca I-III nie otrzymują nagrody,

VIII. Postanowienia końcowe

1. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie biegu [marszu (ratownik).

2. Przed i po biegu/marszu zawodnicy będą mieli możliwość skorzystania z szatni.

3. Pisemne protesty można zgłaszać Organizatorowi do godziny 14:00. Protesty rozstrzygają Koordynatorzy– decyzje Koordynatorów są nieodwołalne. Protesty będą rozpatrywane na miejscu w dniu imprezy. W przypadku składania protestu należy wpłacić organizatorowi wadium w wysokości 100 zł. W razie nie uznania protestu wadium przepada na rzecz organizatora.

4. Organizator nie ubezpiecza uczestników od następstw nieszczęśliwych wypadków. Uczestnicy zobowiązani są do ubezpieczenia się od NNW we własnym zakresie.

5. Podczas biegu i marszu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na piersiach lub innym widocznym miejscu. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub w całości.

6. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora biegu/marszu.

7. Bieg i marsz odbędzie się bez względu na warunki pogodowe.

8. Organizator nie bierze odpowiedzialności za bezpieczeństwo osób nie posiadających numerów startowych.
9. Organizator nie bierze odpowiedzialności za stan zdrowia osób startujących. Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność.
10. W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator - Koordynatorzy.
11. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w niniejszym regulaminie bez podania przyczyn

Koty 07.05.2018