



III ZALEW BIEGACZY

19 sierpnia 2018 r.

REGULAMIN III Zalewu Biegaczy

Termin: 19 sierpnia 2018 r.

Miejsce: Marina Poraj, ul. Wojska Polskiego 71, Jastrzęb, 42-360 Poraj

Organizatorzy:

- Gmina Poraj
- Stowarzyszenie Marina Poraj
- Centrum Integracji Społecznej w Poraju
- Spółdzielnia Socjalna Poractive

Współpraca:

- Centrum Informacji Turystycznej w Poraju
- Towarzystwo Sportowe LIBERO
- Ludowy Klub Sportowy „POLONIA” PORAJ

I. Cele

1. Popularyzacja biegania i Nordic Walking jako najprostszej formy czynnego wypoczynku i aktywności ruchowej.
2. Promocja Gminy Poraj, samorządu dbającego o kulturę fizyczną swoich mieszkańców.
3. Upowszechnianie zdrowego stylu życia i aktywizacja lokalnej społeczności.
4. Wzrost atrakcyjności turystycznej obszarów wiejskich.
5. Kształtowanie i promowanie pozytywnych wzorców zachowań wśród dzieci i młodzieży.
6. Propagowanie wśród dzieci i młodzieży aktywności ruchowej dla zachowania zdrowia fizycznego i psychicznego.

II. Trasa

Obejmuje nawierzchnię asfaltową, gruntowo-piaszczystą i obszary leśne, przyległe do wód zalewu. Trasa oznakowana. Nie posiada atestu PZLA. Mapa trasy zostanie udostępniona przez Organizatora na stronie www.aktywnyporaj.pl. Na 3km, 6km i 9km trasy ustawione zostaną punkty z wodą.

Limit czasowy dla wszystkich dystansów: **2h 15min.**

1. Bieg Główny na dystansie 12,5km
2. Marsz Nordic Walking na dystansie 12,5km
3. Bieg dodatkowy na dystansie 5 km
4. Bieg dla dzieci na 300m

III. Program Imprezy

- 8.00-10.10** – Praca Biura Zawodów
- 10.20** – Uroczyste otwarcie imprezy
- 10.30** – Start Biegu Głównego
- 10.40** – Start Marszu Nordic Walking na trasie Biegu Głównego
- 10.45** – Start Biegu na 5km
- 10.50** – Start Biegu dla dzieci na 300m
- 13.05** – Zamknięcie trasy Biegów
- 13.30** – Dekoracja zwycięzców poszczególnych kategorii

IV. Uczestnictwo

1. Bieg jest otwarty dla wszystkich zainteresowanych, zarówno osób zrzeszonych w klubach sportowych, jak i amatorów. Limit Uczestników wynosi 300 osób.
2. Zawodnicy niepełnoletni muszą posiadać zgodę prawnych opiekunów na uczestnictwo w Biegu (podpisanie oświadczenia w Biurze Zawodów przez rodzica lub opiekuna prawnego po przedstawieniu dokumentu tożsamości).
3. W Biegu na 300m udział mogą brać dzieci w wieku przedszkolnym oraz dzieci z klas I-III szkoły podstawowej.





III ZALEW BIEGACZY

19 sierpnia 2018 r.

4. Każdy zawodnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność, co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w Biegu. Organizator nie ubezpiecza uczestników.
 5. Wszyscy startujący zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą okazać dokument tożsamości ze zdjęciem.
 6. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne, z zastrzeżeniem sytuacji zagrażającym bezpieczeństwu.
 7. Wyniki końcowe dostępne będą po zakończeniu imprezy na stronie <http://wynikionline.pl/>
 8. Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych Organizatora imprezy oraz na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych.
 9. W ramach pakietu startowego Uczestnicy otrzymują m.in. numer startowy wraz z agrałkami, poczęstunek po biegu, wodę mineralną na trasie i po biegu.
 10. Uczestnicy, którzy przy dokonywaniu zgłoszenia zadeklarują chęć posiadania oficjalnej koszulki technicznej Biegu uiszczą wyższą opłatę startową, a także zostaną zweryfikowani w Biurze Zawodów otrzymają koszulkę techniczną. Rozmiar koszulki należy wybrać w formularzu zgłoszeniowym.
- Uwaga!** Możliwość otrzymania koszulki technicznej po spełnieniu powyższych warunków istnieje tylko dla osób, którzy dokonają zgłoszenia do Biegu do dnia 10 sierpnia 2018 r. Po tej dacie nie będzie można dokonywać zgłoszeń do Biegu z opcją otrzymania koszulki technicznej.

V. Pomiar czasu

Prowadzony będzie elektroniczny pomiar czasu z wykorzystaniem chipów umieszczonych w numerze startowym. Oficjalnym czasem biegów jest czas BRUTTO. Numer startowy należy umieścić w widocznym miejscu na klatce piersiowej. Numer startowy nie może być zakryty ani zasłonięty, w przeciwnym wypadku Organizator nie gwarantuje prawidłowości pomiaru czasu. Wyniki nieoficjalne obowiązują przez 72 godziny od publikacji w tym czasie można składać reklamacje oraz wnosić o korektę danych.

VI. Zgłoszenia i Opłaty

1. Zgłoszenia przyjmowane są poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie www.aktywnyporaj.pl do dnia 10 sierpnia 2018 r. lub w dniach 18-19 sierpnia 2018 r. w Biurze Zawodów.
2. Odbiór pakietu startowego będzie możliwy:
 - a) w dniu 18 sierpnia 2018 r. w Centrum Informacji Turystycznej w Poraju, Dworzec PKP w Poraju ul. 3 Maja 1 w godzinach 9:00 – 12:00
 - b) w dniu 19 sierpnia 2018 r. - Marina Poraj, Jastrzęb, ul. Wojska Polskiego 71 w godzinach 8:00 – 10:10.
3. W przypadku przekroczenia 300 zgłoszeń do udziału w Biegu Organizator automatycznie kończy przyjmowanie zgłoszeń.
4. Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego i uiszczenie opłaty startowej.
5. Każdy z Uczestników Biegu ma obowiązek sprawdzenia przed Biegiem czy jest umieszczony na liście startowej.
6. Dzieci w towarzystwie rodziców lub opiekunów biorą udział w zabawach i wyścigach po uprzednim zarejestrowaniu się w Biurze Zawodów.
7. Wysokość opłaty startowej:

	Bieg Główny / Marsz Nordic Walking		Bieg dodatkowy 5km	
	Bez koszulki	Z koszulką	Bez koszulki	Z koszulką
do dnia 31.07.2018 r.	45 zł	65 zł	35 zł	55 zł
do dnia 10.08.2018 r.	50 zł	70 zł	40 zł	60 zł
18-19.08.2018 r.	80 zł	-	60 zł	

9. Wpłaty dokonujemy na konto:

STOWARZYSZENIE MARINA PORAJ
Jastrzęb, ul. Wojska Polskiego 71
42-360 Poraj

www.aktywnyporaj.pl
[facebook.com/ZalewBiegaczy](https://www.facebook.com/ZalewBiegaczy)



Urząd Gminy Poraj
ul. Jasna 21, 42-360 Poraj
www.ugporaj.pl

Marina Poraj
ul. Wojska Polskiego 71
Jastrzęb, 42-360 Poraj



III ZALEW BIEGACZY

19 sierpnia 2018 r.

48 1930 1321 2111 0120 1365 0001.

Tytuł przelewu: ZB2018 - dystans - Imię i nazwisko

VII. Klasyfikacja

I. Bieg Główny

- a. Open Kobiet i Open Mężczyzn
- b. Klasyfikacje wiekowe:
 - K-20 / M-20 18-29 lat (rocznik 1998-1989)
 - K-30 / M-30 30-39 lat (rocznik 1988-1979)
 - K-40 / M-40 40-49 lat (rocznik 1978-1969)
 - K-50 / M-50 50-59 lat (rocznik 1968-1959)
 - K-60 / M-60 60 i więcej lat (rocznik 1958 i starsi)
- c. Mistrzostwa Służb Mundurowych – Kobiety i Mężczyźni
- d. Najszybszy Mieszkaniec i Mieszkanka Gminy Poraj

II. Marsz Nordic Walking

- a. Open Kobiet i Open Mężczyzn

III. Bieg dodatkowy na 5 km

- a. Open Kobiet i Mężczyzn

VIII. Nagrody

1. W każdej z klasyfikacji nagrodzone zostaną trzy pierwsze miejsca, przewidziane są nagrody rzeczowe, dyplomy oraz puchary.
2. Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej będą nagradzani w kategoriach wiekowych.
3. Wszyscy, którzy ukończą Bieg otrzymają pamiątkowy medal.

IX. Informacje techniczne

1. Uczestnicy zawodów Nordic Walking pokonują trasę marszem, z kijkami.
2. Marsz Nordic Walking jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem nie jest widoczna gołym okiem.
3. Technika i poprawność marszu zawodników będzie oceniana przez sędziów rozmieszczonych na trasie zawodów. Drobne błędy w marszu powodują ukaranie żółtą kartką – 3 żółte kartki równają się dyskwalifikacji. Żółta kartka = 60 sekund do czasu końcowego.
4. Rażąco błędny marsz powodują ukaranie czerwoną kartką i automatyczną dyskwalifikację.
5. Uczestnicy zawodów pokonujący trasę w sposób niedozwolony i skracający trasę zostaną dyskwalifikowani.
6. Osoby, które chcą być sklasyfikowane w Kategorii Mażeństw i Par w Biurze Zawodów wypisują „Zgłoszenie Pary” - podają imiona i nazwiska oraz numery startowe. Suma czasów obu zawodników jest wynikiem pary. Do biegu mogą zgłaszać się tylko pary mieszane.
7. Osoby, które w trakcie rejestracji podały miejscowość zlokalizowaną w Gminie Poraj będą automatycznie klasyfikowane w Kategorii Najszybszy Mieszkaniec i Mieszkanka Gminy Poraj.
8. Osoby, które są żołnierzami, pracownikami lub funkcjonariuszami służb mundurowych w służbie czynnej lub rezerwie (np. Wojsko, Policja, PSP w tym OSP, Straż Graniczna, SW, BOR, CBA, SKW, ABW, a także Straż Miejska, Straż Ochrony Kolei, Służba Celna, ITD, Straż Leśna) po zaznaczeniu tego faktu w trakcie rejestracji są klasyfikowane w Kategorii Służb Mundurowych.

X. Postanowienia końcowe

1. Wszystkich Uczestników Biegu obowiązuje niniejszy Regulamin.
2. Pobrana opłata startowa nie podlega zwrotowi.
3. Organizator zapewni transfery Uczestnikom biegu z Dworca PKP w Poraju na miejsce imprezy w dniu 19 sierpnia 2018 r.
4. Organizator zapewnia opiekę nad dziećmi w wieku szkolnym i przedszkolnym – bez opłat.





III ZALEW BIEGACZY

19 sierpnia 2018 r.

5. Potrzebę skorzystania ze świadczeń opisanych w pkt. 3 i 4 należy zgłaszać mailem bądź telefonicznie najpóźniej na 3 dni przed terminem biegu.
6. Wszyscy Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz kultury osobistej, w przeciwnym razie mogą podlegać wykluczeniu z udziału w biegu decyzją Organizatora.
7. Na miejsce Biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz środków alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju. Uczestnikom zabrania się zażywania takich środków i substancji zarówno przed, jak i podczas Biegu pod warunkiem wykluczenia z imprezy. W wypadku stwierdzenia, że Uczestnik narusza powyższy zakaz, Organizator zastrzega sobie możliwość niedopuszczenia go do udziału w Biegu lub wykluczenia go w jego trakcie.
8. Zawodnicy oddają rzeczy zapakowane we własne worki (torba, plecak) z opisanym czytelnie numerem, zgodnym z numerem startowym Uczestnika na przechowanie w szatni do godziny 13.00. Oddawanie rzeczy będzie odbywać się za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego zwalnia Organizatora od odpowiedzialności za pobranie rzeczy pozostawionych w szatni przez inną osobę.
9. Organizator nie prowadzi depozytu dla rzeczy wartościowych.
10. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.
11. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany Regulaminu.

Informacji dodatkowych udziela:

Anna Torbus

Urząd Gminy Poraj

ul. Jasna 21, 42-360 Poraj

tel. kom.: 691 523 774

tel. 34 314 52 51 wew. 38

mail: a.torbus@ugporaj.pl

