



REGULAMIN TOYOTA ZIMNAR 2019
XI JELCZAŃSKO-OŁAWSKI
TOYOTA ZIMOWY MARATON NA RATY
Jelcz-Laskowice, Miłoszyce, Chwałowice, Oława, Janików
06.01.2019 – 24.02.2019



TOYOTA

1. Cel i założenia

Popularyzacja biegania i marszów Nordic Walking, jako najprostszyc form rekreacji fizycznej.
Propagowanie wśród lokalnej społeczności zdrowego trybu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu.
Prezentacja terenów leśnych powiatu oławskiego oraz wytyczonych i oznakowanych ścieżek biegowych.
Umożliwienie początkującym i niepełnoletnim biegaczom ukończenia maratonu – na początek w ratach.
Poznanie się i integracja uczestników i klubów sportowych.
Promocja biegów do III Korony Harcownika w 2019 r.
Jubileusz 10-lecia KB Harcownik Jelcz-Laskowice.

2. Organizator

KB Harcownik Jelcz-Laskowice,
<https://www.kbharcownik.pl>; www.facebook.com/kbharcownik
e-mail: kbharcownik@wp.pl,
konto w Banku Spółdzielczym: 73958500070020020057870001
Kierownik zawodów: Arkadiusz Tołoczko, tel. 607-057-169



3. Współorganizator

Urząd Miasta i Gminy Jelcz-Laskowice, Urząd Miasta Oława, Urząd Gminy Oława, Nadleśnictwo Oława, Termy Jakuba

4. Sponsor tytularny

TOYOTA MOTOR MANUFACTURING POLAND SP. ZO.O. ODDZIAŁ ŁĘG

5. Patronat

Kreator Wspomnień www.kreatorwspomnien.pl, Gazeta powiatowa „Wiadomości Oławskie” www.gazeta-olawa.pl;
serwisy www.osi.olawa.pl; www.olawa24.pl

6. Termin i miejsce zawodów

Zawody zorganizowane będą w systemie 6 etapów po 7 km + etap Joker. Poszczególne etapy ZiMNaRa odbędą się w 7 kolejnych niedziel stycznia i lutego, z wyłączeniem **03.02.2019 r.** (połowa ferii zimowych) na przemian w Chwałowicach, Oławie, Miłoszycach, Janikowie i Jelczu-Laskowicach, zaczynając od **06.01.2019 r.** według porządku:

<u>Etap</u>	<u>Dystans</u>	<u>Termin</u>	<u>Miejsce zawodów</u>
1) - etap I	7 km	06.01.2019 r. niedziela	Chwałowice
2) - etap II	7 km	13.01.2019 r. niedziela	Oława
3) - etap III	7 km	20.01.2019 r. niedziela	Miłoszyce
4) - etap IV	7 km	27.01.2019 r. niedziela	Oława „Bieg Pamięci Zygmunta Pawlika”
PRZERWA			
5) - etap V	7 km	10.02.2019 r. niedziela	Miłoszyce
6) - etap VI	7,195 km	17.02.2019 r. niedziela	Janików
7) - etap Joker	7 km lub 7,195 km	24.02.2019 r. niedziela	Jelcz-Laskowice

Biuro zawodów czynne do 10:30 / Start do biegów o godz. 11:00

Jelcz-Laskowice – ścieżka biegowa „ZiMNaR-Harcownik” w pobliżu Ośrodka nad Stawem, ul. Stawowa 20
Miłoszyce – ścieżka biegowa „Miłoszycka Siódemka” ul. Dziuplińska
Oława – ścieżka biegowa „Zaodrzańska Agrafka” przed lasem, ul. Bażantowa
Chwałowice – ścieżka biegowa „Pętla Zabieganych” początek ul. Polna
Janików – ul. Sportowa (boisko)

Dopuszczamy i zachęcamy do udziału zawodników w kategorii NORDIC WALKING. Start wspólny na końcu za biegaczami lub odpowiednio wcześniej. Organizator ma prawo zmienić miejsce i godzinę rozegrania zawodów powiadamiając o tym uprzednio zawodników.

Po każdym biegu organizator zapewnia ciepłą herbatę lub wodę w zależności od temperatury.
Po ostatnim biegu odbędzie się uroczyste zakończenie imprezy, poczęstunek i wręczenie nagród.

Na każdym etapie specjalne wyróżnienie za 10 miejsce na mecie.

7. Pakiet startowy

- Gadżet Harcownika- **czapka biegowa kolekcji Runspiration.**
- pamiątkowy numer startowy z chipem pomiarowym.
- Możliwość udziału w konkursach organizowanych na zawodach oraz Facebooku www.facebook.com/kbharcownik
- Możliwość udziału w **uroczystym zakończeniu 24.02.2019 r.**

8. Dystans i trasa

Ilość i dystans etapów: etap I,II,III,IV,V – 7 km; etap VI – 7,195 km; etap Joker – 7 km lub 7,195 km

Uwaga: Do klasyfikacji ogólnej liczony będzie czas 6 biegów (etapy I-VI).

7 bieg (etap Joker) jest biegiem kończącym cykl zawodów, a jednocześnie pozwalającym tym, którzy opuścili jeden z biegów, na ukończenie pełnego dystansu Maratonu na Raty (osoba taka zostanie sklasyfikowana na końcu stawki za tymi osobami, które przebiegły kolejne 6 etapów). Premiowany jest systematyczny udział.

Trasa crossowa w terenie leśnym. Zawody przeprowadzone zostaną na wytyczonych i oznakowanych, co 1 kilometr ścieżkach. W przypadku „ostrej” zimy na trasie może być ślisko. Należy zachować szczególną ostrożność podczas biegu.

9. Uczestnictwo

Bieg jest otwarty dla wszystkich zainteresowanych osób zrzeszonych w klubach sportowych jak i amatorów, które ukończyły w dniu zawodów 16 lat życia. Osoby niepełnoletnie w wieku od 16 do 18 lat są zobowiązane do posiadania pozwolenia od rodziców lub prawnych opiekunów na udział w biegach. Warunkiem udziału w biegach jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegach lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegach na własną odpowiedzialność (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095).

Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegach.

Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych.

Przekazanie Organizatorowi wypełnionego formularza rejestracyjnego oraz podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań do udziału w biegach oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegach i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w biegach wyłącznie na własną odpowiedzialność.

10. Zgłoszenia

Ze względów organizacyjnych preferowane są wcześniejsze zgłoszenia drogą elektroniczną poprzez formularz dostępny na stronach organizatora. Organizator ustala limit numerów startowych – 500.

Bezpośredni link do zapisów elektronicznych:

<http://www.zmierzymyczas.pl/zapisy/721/xi-jelczansko-olawski-toyota-zimowy-maraton-na-raty.html>

Formularz zgłoszeń wyłączony zostanie 02.01.2019 r.

Dodatkowe zgłoszenia będą przyjmowane w biurze zawodów przed każdym etapem.

Weryfikacja zgłoszeń i dodatkowe zapisy przed rozpoczęciem cyklu odbędą się:

1. Dzień przed rozpoczęciem zawodów 05.01.2019 (sobota)
 - Oława, Termy Jakuba, w godz. 15:00-17:00
 - Jelcz-Laskowice, Centrum Sportu i Rekreacji, w godz. 17:30- 19:30
2. W dniu zawodów na miejscu startu od godz. 09:00 do godz. 10:30.

Podczas weryfikacji konieczny jest dowód osobisty.

Uczestnik biegu wypełniając i podpisując kartę zgłoszeniową akceptuje warunki niniejszego regulaminu.

11. Numer startowy

Numery startowe będą wyposażone w chipa pomiarowego. Numer przydzielony zawodnikowi przed jego pierwszym startem będzie jego numerem do końca cyklu. **Numeru startowego nie zdajemy organizatorowi po biegu.**

Należy dbać o numer startowy, bo będzie posługiwać się nim przez cały cykl. Numery startowe należy przymocować z przodu tak, aby był bardzo dobrze widoczny podczas przekraczania mety. Zawodnicy bez widocznego numeru startowego nie będą sklasyfikowani.

Używać można jedynie oficjalnych numerów startowych, które posiadają chipa pomiarowego. Brak odczytu pojawienia się zawodnika na mecie będzie powodować dyskwalifikację.

W przypadku zgubienia lub zniszczenia numeru należy poinformować o tym fakcie organizatora.

Pod karą dyskwalifikacji zabrania się przekazywania swojego numeru startowego innym osobom.

12. Pomiar czasu

Podstawą klasyfikacji jest elektroniczny pomiar czasu wykonywany za pomocą chipa, którego zawodnik otrzymuje w numerze startowym. Zgodnie z przepisami PZLA klasyfikacja zawodników w kategorii generalnej oraz kategoriach wiekowych powinna odbywać się **na podstawie czasu rzeczywistego** (brutto, liczonego od chwili strzału startera). W ZiMNaR dla wszystkich zawodników obowiązywać będzie klasyfikacja według **czasu netto** (czas od przekroczenia linii startu do przekroczenia linii mety).

13. Opłata startowa

Obowiązuje jednorazowa opłata startowa w wysokości 60 zł, niezależnie od terminu wniesienia, która uprawnia do udziału we wszystkich 7 etapach. Płatność w biurze zawodów przed każdym etapem lub na konto KB Harcownik Jelcz-Laskowice, Bank Spółdzielczy: 73958500070020020057870001. W tytule przelewu należy podać imię i nazwisko uczestnika oraz nazwę „ZiMNaR”.

W wyjątkowych sytuacjach organizator może zwolnić uczestnika z opłaty. Organizator nie zwraca opłaty startowej i nie przewiduje przenoszenia jej na inne osoby w żadnych okolicznościach.

14. Klasyfikacja końcowa i nagrody

Prowadzona będzie indywidualna klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn każdego etapu oraz zestawienie końcowe wg uzyskanego czasu (czas netto). Wyniki dostępne będą na stronie organizatora www.kbharcownik.pl oraz www.zmierzymyczas.pl

SATYSFAKCJA i SPLENDOR oraz okolicznościowe medale – oryginalne śnieżynki dla wszystkich, którzy ukończą cały cykl zawodów i przebiegną dystans maratoński.

Za zajęcie miejsc 1-3 w klasyfikacji końcowej kobiet i mężczyzn oraz w kategoriach wiekowych: MK16, MK20, MK30, MK40, MK50, MK60, M70 – specjalne TROFEA.

Dodatkowe wyróżnienia: dla najlepszego zawodnika i zawodniczki z Miasta i Gminy Jelcz-Laskowice, dla najlepszego zawodnika i zawodniczki z Miasta i Gminy Oława, dla najlepszych zawodników Nordic Walking, dla najlepszego Harcownika i Harcowniczkę, dla najlepszych klubów/drużyn.

Klasyfikacja drużynowa: 7 zawodników, w tym min. jeden płci przeciwnej (o zwycięstwie decyduje najniższa suma czasów jej członków). Wyróżnione zostaną 3 najlepsze kluby/drużyny.

Po etapie Joker odbędzie się na terenie Ośrodka nad stawem w Jelczu-Laskowicach ceremonia zakończenia i dekoracji oraz konkurs z nagrodami dla uczestników maratonu.

15. Uwagi końcowe

- Każdy uczestnik startuje w zawodach na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko (w przypadku zawodników niepełnoletnich na odpowiedzialność rodziców lub prawnych opiekunów). Podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095).
- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Zawody odbędą się przy ograniczonym ruchu.
- Zawodnicy mają obowiązek zachować szczególną ostrożność podczas biegu.
- Startujących obowiązuje odpowiedni do warunków ubiór i obuwie sportowe.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną oraz toalety podczas każdego etapu.
- Organizator nie ubezpiecza zawodników na czas zawodów. Nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i uczestnictwem w biegach. Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.
- Organizator nie zapewnia depozytu, szatni, natrysków w trakcie trwania imprezy biegowej.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.
- Uczestnicy zawodów proszeni są o niezaśmiecanie trasy biegu i szczególną troskę o środowisko naturalne oraz przestrzeganie zasad obowiązujących w lasach zgodnie z art. 29 i 30 Ustawy o Lasach z dnia 28.09. 1991.
- Koszty noclegów i dojazdów każdy zawodnik pokrywa we własnym zakresie.
- Organizatorzy zapewniają sobie prawo startu tego samego dnia przed lub po biegu głównym a ich wyniki doliczane są do klasyfikacji generalnej.
- Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora.
- Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na wykorzystanie przez organizatora ich wizerunku w celu relacji z imprezy i jego promocji w mediach.
- Organizator ma prawo nie przyjęcia zgłoszenia Uczestnika bez podania przyczyny.
- Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji regulaminu.

Prezentacja tras biegowych otwartych przez KB Harcownik Jelcz-Laskowice, na których odbywa się ZiMNaR

1. ZiMNaR-Harcownik, otwarta 29.09.2013. Aktualnie wyłączona z ZiMNaRa.

TRASA BIEGOWA "ZIMNAR-HARCOWNIK" 6km

Trasa biegowa prowadzi po szerokich i oznakowanych ścieżkach leśnych, corocznie wykorzystywanych do organizacji ogólnokrajowej akcji "Zimowy Maraton Na Raty". Specyfika trasy pozwala na jej rekreacyjne wykorzystywanie i na trening dla zaawansowanego biegacza.

Przyłącz się do nas
e-mail: kbharcownik@wp.pl

Zimowy Maraton Na Raty organizowany jest od 2009 r. na terenie Nadleśnictwa Olawa. Organizację imprezy wspierają urzędy miast Jelcz-Laskowice i Olawa oraz lokalne firmy. Oznakowanie trasy sfinansowano ze środków zadania publicznego pod nazwą "Propagowanie biegania-zdrowy styl życia". Zapraszamy na treningi i zawody na TRASIE "ZIMNAR-Harcownik"

WELDA	WELDA	WELDA	WELDA	WELDA	WELDA				
Zimowy rekord trasy	min	s	Letni rekord trasy	min	s	Najstarszy uczestnik biegu	lat.	Najmłodszy uczestnik biegu	lat

Trasa otwarta podczas 1 Biegów Harcownika. W biegu dla młodzieży i dorosłych wzięto udział 73 osoby. W biegach dzieci sklasyfikowano 43 uczestników.

Trasa włączona do zawodów w 3 edycji ZiMNaRa w 2011 r. Zastąpiła wcześniej wykorzystywane 3 pętle na polu w okolicy pierwszego stawu. Trasa zastąpiona w VIII edycji ZiMNaRa pętlą rowerową.

TRASA BIEGOWA "ZIMNAR-HARCOWNIK" 7 km

Trasa biegowa prowadzi po szerokich i oznakowanych ścieżkach leśnych, corocznie wykorzystywanych do organizacji ogólnokrajowej akcji "Zimowy Maraton Na Raty". Specyfika trasy pozwala na jej rekreacyjne wykorzystywanie i na trening dla zaawansowanego biegacza.

Przyłącz się do nas
e-mail: kbharcownik@wp.pl

Zimowy Maraton Na Raty organizowany jest od 2009 r. na terenie Nadleśnictwa Olawa. Organizację imprezy wspierają urzędy miast Jelcz-Laskowice i Olawa oraz lokalne firmy. Oznakowanie trasy sfinansowano ze środków zadania publicznego pod nazwą "Propagowanie biegania-zdrowy styl życia". Zapraszamy na treningi i zawody na TRASIE "ZIMNAR-Harcownik"

WELDA	WELDA	WELDA	WELDA	WELDA	WELDA				
Zimowy rekord trasy	min	s	Letni rekord trasy	min	s	Najstarszy uczestnik biegu	lat.	Najmłodszy uczestnik biegu	lat

Dostosowana w IX edycji ZiMNaRa, do wydłużonego dystansu, wersja trasy ZiMNaR-Harcownik.

2. Miłoszycka Siódemka, otwarta 27.09.2014.

TRASA BIEGOWA "MIŁOSZYCKA SIÓDEMKA" 7km

OTWARCIE TRASY 27.09.2014

PĘTLA 3,5km

Przyłącz się do nas
KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE
e-mail: kbharcownik@wp.pl
www.facebook.com/kbharcownik

Trasa będzie wykorzystywana do organizacji "Zimowego Maratonu Na Raty".
"ZiMNAR" organizowany jest od 2009 r. na terenie Nadleśnictwa Oława.
Organizację imprezy wspierają urzędy miast Jelcz-Laskowice i Oława oraz lokalne firmy.
Oznakowanie trasy sfinansowano ze środków zadania publicznego pod nazwą "Promowanie biegania-zdrowy styl życia".
Zapraszamy na treningi i zawody na trasie "Miłoszycka Siódemka".

SGB Bank | Powiat Oławski | Nadleśnictwo Oława | LAB-MAR | MENTOR | STELWELD | SPORT PLANETA | DRUKARNIA KOK-POL

Zimowy rekord trasy min s Letni rekord trasy min s Najstarszy uczestnik biegu lat. Najmłodszy uczestnik biegu lat

Trasa otwarta podczas 2 Biegów Harcownika. W biegu dla młodzieży i dorosłych wzięło udział 131 osób.

W biegach dzieci sklasyfikowano 113 uczestników.

Ilość dzieci w poszczególnych kategoriach wiekowych: 1-5 lat (50 m)– 34, 6-7 lat (100 m)– 34, 8-9 lat (200 m)– 20, 10-11 lat (400 m) – 10, 12-13 lat (800 m)– 15.

Trasa wykorzystana po raz pierwszy w 7 edycji ZiMNARa w 2015 r. Z powodu przebudowy dróg leśnych wyłączona w VIII edycji ZiMNARa.

3. Zaodrzańska Agrafka, otwarta 01.08.2015

TRASA BIEGOWA "ZAODRZAŃSKA AGRAFKA" 10 km

OTWARCIE TRASY 01.08.2015r.

Przyłącz się do nas
KLUB BIEGACZA HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE
e-mail: kbharcownik@wp.pl
www.klub-biegacza.olawa.pl

Trasa jest wykorzystywana do organizacji "Zimowego Maratonu Na Raty".
"ZiMNAR" organizowany jest od 2009 r. na terenie Nadleśnictwa Oława.
Organizację imprezy wspierają urzędy miasta i gminy Jelcz-Laskowice i Oława oraz lokalne firmy.
Oznakowanie trasy sfinansowano ze środków zadania publicznego pod nazwą "Promowanie biegania-zdrowy styl życia".
Zapraszamy na treningi i zawody na trasie "Zaodrzańska Agrafka".

POWIAT OŁAWSKI | Nadleśnictwo Oława

Zimowy rekord trasy min s Letni rekord trasy min s Najstarszy uczestnik biegu lat. Najmłodszy uczestnik biegu lat

Trasa otwarta podczas 3 Biegów Harcownika, w których wzięło udział 193 osoby.

Tutaj rozpoczął się ZiMNAR. Na trasie 31 stycznia 2009 roku odbył się pierwszy etap 1 Zimowego Cross Maratonu Na Raty. Przetarta 14.08.2016 r.

4. Pętla Zabieganych, otwarta 27.09.2015.

TRASA BIEGOWA „PĘTLA ZABIEGANYCH” 7 km

PĘTLA 3,4km

Trasa biegowa o długości 7000m. przebiega po szerokich ścieżkach leśnych i połych wsi Chwałowice. Przecina liczne trasy konne, mija stądniny, z których słyną Chwałowice. Naturalne podłoże zapewni odpowiednią amortyzację a wysokie drzewa na większości długości trasy osłaniają przed słońcem i chronią przed wiatrem. Każdy kilometr oraz zmiana kierunku biegu są oznakowane, co sprzyja mierzeniu tempa oraz orientacji w terenie. Trasa nadaje się do biegania rekreacyjnego, marszów Nordic Walking oraz do zaawansowanych treningów biegowych.

Przyłącz się do nas
KLUB BIEGACI HARCOWNIK JELCZ-LASKOWICE

OTWARCIE TRASY 27.09.2015r.

e-mail: kbharcownik@wp.pl
www.kbharcownik.pl www.chwalowice.org

Trasa jest wykorzystywana do organizacji "Zimowego Maratonu Na Raty".
„ZIMNaR” organizowany jest od 2009 r. na terenie Nadleśnictwa Olawa.
Organizację imprezy wspierają urzędy miasta i gminy Jelcz-Laskowice i Olawa oraz lokalne firmy.
Oznakowanie trasy sfinansowano ze środków zadania publicznego pod nazwą "Promowanie biegania-zdrowy styl życia".
Zapraszamy na treningi i zawody na trasie „Pętla Zabieganych”

Zimowy rekord trasy	min	s	Letni rekord trasy	min	s	Najstarszy uczestnik biegu	lat	Najmłodszy uczestnik biegu	lat
---------------------	-----	---	--------------------	-----	---	----------------------------	-----	----------------------------	-----

Trasa otwarta podczas 4 Biegów Harcownika. W biegu dla młodzieży i dorosłych wzięło udział 218 osób. W biegach dzieci sklasyfikowano 169 uczestników.

Ilość dzieci w poszczególnych kategoriach wiekowych: 1-5 lat (50 m)– 42, 6-7 lat (100 m)– 43, 8-9 lat (200 m)– 34, 10-11 lat (400 m) – 40, 12-13 lat (800 m)– 10.

Trasa wykorzystana po raz pierwszy w 8 edycji ZiMNaRa w 2016 r.

III KORONA HARCOWNIKA 2019

- 1. XVIII Maraton Jelcz-Laskowice - 1.05.2019.**
(42,2km, 21,1km, 10 km, atest PZLA) – Jelcz-Laskowice
- 2. Bieg Toyoty- 2.06.2019.**
(10 km, 5 km, atest PZLA) – Jelcz-Laskowice
- 3. XII Bieg Koguta - 1.09.2019.**
(10 km, atest PZLA) – Olawa
- 4. II Młodzieżowe Biegi z KB Harcownik - 28.09.2019.**
(100 m-1500 m) – Jelcz-Laskowice
IV Crossowy Półmaraton Harcownika - 29.09.2019.
(21,1 km, 10,5 km) – Jelcz-Laskowice
- 5. V Bieg Sylwestrowy - 31.12.2019**
(10 km, 5 km, atest PZLA) – Jelcz-Laskowice