

VII Tarnogórski Bieg Przełajowy

Projekt współfinansowany przy wsparciu Urzędu Miejskiego w
Tarnowskich Górach.

REGULAMIN

I. TERMIN i MIEJSCE

19.05.2018 r. Tarnowskie Góry Park Miejski przy ul. Kardynała Stefana Wyszyńskiego.

Parkingi

- przy Cmentarzu Komunalnym – wjazd od ulicy Kardynała Stefana Wyszyńskiego
- przy Parku Miejskim wzdłuż ulicy Kardynała Stefana Wyszyńskiego

Dystans do pokonania dla niepełnosprawnych	- 0,40 km	start	08.30
Bieg Skrzata	- 0,40 km	start	09.00
Tarnogórska Milla	- 1,60 km	start	09.30
Nordic Walking	- 6,66 km	start	10.15
Bieg dla młodzieży	- 3,33 km	start	12.00
Bieg Główny	- 10,00 km	start	12.00

II. ORGANIZATOR

1. Urząd Miejski w Tarnowskich Górach
2. Stowarzyszenie Przyjaciół Tarnogórskiej Jedyнки
3. Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 3 w Tarnowskich Górach

III. CELE

Popularyzacja biegów oraz marszu nordic walking jako naturalnej formy spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu. Promowanie zdrowego stylu życia. Integracja mieszkańców miasta, środowiska sportowego oraz osób niepełnosprawnych. Promocja miasta Tarnowskie Góry i regionu.

IV. TRASA, DYSTANS I LILITY CZASOWE

TRASA NIE POSIADA ATESTU PZLA.

Trasa Biegu Skrzata i Dystans dla Niepełnosprawnych - częściowo po ścieżkach częściowo po drodze asfaltowej wokół muszli koncertowej.

Trasa Tarnogórskiej Mili – 100% asfaltowa, wokół parku miejskiego.

Trasa Biegu Głównego 3 okrążenia (10 km), biegu dla młodzieży 1 krążenie (3,33 km) i Marszu Nordic Walking 2 okrążenia (6,66 km) średnio trudna crossowa z naturalnymi przeszkodami, częściowo po asfalcie częściowo ścieżkami i po pagórkach parku tarnogórskiego.

Dystans dla niepełnosprawnych	- 0,40 km bez kategorii wiekowej dla dzieci i osób dorosłych
Bieg Skrzata	- 0,40 km dla dzieci w wieku przedszkolnym
Tarnogórska Mila	- 1,60 km kl. 1-3 i 4-6 SP
Nordic Walking	- 6,66 km (dwie pętle 3.33 km)
Bieg dla Młodzieży	- 3,33 km kl. 7 SP i 2, 3 Gimnazjum. (1 pętla 3,33 km start w biegu głównym)
Bieg Główny	- 10 km (3 pętle 3,33 km) oznaczona co 1 km

LIMITY CZASOWE :

Bieg Skrzata	15 minut
Dystans do pokonania dla niepełnosprawnych	15 minut
Tarnogórska Mila	30 minut
Bieg Główny i Biegu dla Młodzieży	90 minut.
Nordic Walking	80 minut

Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy i zdjęcia numeru.

Pomiar czasu będzie prowadzony przez firmę Timing4u z wykorzystaniem chipów zwrotnych.

V. ZASADY UCZESTNICTWA

1. Zgłoszenia do biegu 0,4 km dla osób niepełnosprawnych **TYLKO Z OPIEKUNEM.** Na start muszą wyrazić pisemną zgodę rodzice lub opiekunowie prawni, poprzez złożenie stosownego oświadczenia.
2. Bieg Skrzata, Tarnogórska Mila i Bieg dla Młodzieży na start muszą wyrazić pisemną zgodę rodzice lub opiekunowie prawni, poprzez złożenie stosownego oświadczenia.
3. Zgłoszenia do dystansu 0,4 km dla osób niepełnosprawnych, Biegu Skrzata i Tarnogórskiej Mili w dniu zawodów.
4. Zgłoszenia do Biegu Głównego, Biegu Młodzieży i marszu Nordic Walking elektronicznie do dnia 12 05 2018 roku lub w ramach wolnych miejsc w dniu zawodów.
5. W Biegu Głównym na dystansie 10 km oraz marszu Nordic Walking może wziąć udział osoba, która najpóźniej w dniu zawodów ukończyła lat 18 (ur. 2000 r.), lub od 16 roku życia, jednak wówczas na start muszą wyrazić pisemną zgodę rodzice lub opiekunowie prawni, poprzez złożenie stosownego oświadczenia.

6. Zawodnicy zobowiązani są do przedstawienia zaświadczenia lekarskiego o zdolności do udziału w biegach długodystansowych lub do podpisania oświadczenia udziału na własną odpowiedzialność.
7. Limit uczestników biegu głównego wynosi 350 osób.
8. Limit uczestników marszu Nordic Walking wynosi 100 osób
9. Przemieszczanie się niezgodne z techniką Nordic Walking (przynajmniej jedna stopa musi mieć kontakt z podłożem, ramiona z kijkami pracują naprzemianstronnie), a zwłaszcza bieg dyskwalifikuje zawodnika z dalszej rywalizacji.
10. Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wypełnienia limitu zgłoszeń.
11. **W przypadku wolnych miejsc będzie możliwość zapisów w dniu zawodów.**
12. Zawodnicy dokonując rejestracji i startując w zawodach podpisują oświadczenie, że startują w biegu na własną odpowiedzialność oraz, że zapoznali się i zaakceptowali regulamin biegu.
13. **W ramach opłaty startowej każdy uczestnik Biegu Głównego 10 km, Biegu dla Młodzieży 3,33 km oraz marszu Nordic Walking 6,66 km otrzymuje pakiet startowy na który składają się:**
 - Worko plecak z logo biegu
 - numer startowy
 - koszulka (za dodatkową opłatą 20 zł)
 - posiłek na mecie
 - butelkę wody mineralnej
 - punkt z wodą na każdym okrążeniu
 - pamiątkowy medal po ukończeniu biegu w regulaminowym czasie
 - udział w losowaniu atrakcyjnych nagród -tylko dla tych, którzy ukończą Bieg Główny 10 km lub marsz Nordic Walking 6,66 km w regulaminowym czasie.

Uczestnicy Biegu dla Niepełnosprawnych, Biegu Skrzata oraz Mili Tarnogórskiej otrzymują:

- numer startowy
- medal
- butelkę wody mineralnej

Tarnogórska szkoła podstawowa, której uczniowie w największej liczbie ukończą Tarnogórską Milę otrzyma bon na sprzęt sportowy wartości 500 zł.

VI. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

1. Zgłoszenia online do VII Biegu Tarnogórskiego 10 km, Biegu dla Młodzieży 3,33 km oraz Nordic Walking 6,66 km będą przyjmowane poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej timing4u - www.elektronicznezapisy.pl i maratonyplolskie.pl do dnia 12.05.2018 r.
2. Za osobę zapisaną uważa się taką, która zapisała się na bieg poprzez formularz zgłoszeniowy i uiściła opłatę startową w pełnej kwocie na dany dzień – liczy się data wpływu na konto organizatora, a nie dzień zapisów.
3. W przypadku gdy nie będzie wyczerpany limit startujących możliwość zapisu w dniu zawodów - bez koszulki.
4. Numer konta do przelewu:

50 1600 1462 1026 6929 5000 0001

„STOWARZYSZENIE PRZYJACIÓŁ TARNOGÓRSKIEJ JEDYNKI”

W tytule wpłaty należy podać:

Imię i Nazwisko oraz data urodzenia uczestnika biegu

„opłata startowa VII Bieg Tarnogórski”

z odpowiednim dopiskiem :

BIEG 10 km,

Bieg dla Młodzieży 3,33 km

Nordic Walking 6,66 km

Klasyfikacja służb mundurowych lub samorządowców

4. Opłata startowa – przelewem - wynosi odpowiednio:

Bieg dla Młodzieży

do dnia 05.05.2018 roku -20 zł możliwość dopłaty + 20 zł za koszulkę

do dnia 12.05.2018 roku -20 zł bez możliwości zakupu koszulki

w dniu zawodów -30 zł bez możliwości zakupu koszulki

Bieg Główny i Nordic Walking

do dnia 31.03.2018 roku -30 zł możliwość dopłaty + 20 zł za koszulkę

do dnia 30.04.2018 roku -35 zł możliwość dopłaty + 20 zł za koszulkę

do dnia 05.05.2018 roku -40 zł możliwość dopłaty + 20 zł za koszulkę

do dnia 12.05.2018 roku -45 zł bez możliwości zakupu koszulki

w dniu zawodów -60 zł bez możliwości zakupu koszulki

Dodatkowa opłata (opcjonalnie) koszulka – 20 zł tylko do dnia 05.05.2018 r.
przy wpłacie należy podać rozmiar koszulki.

Dla GRUP BIEGOWYCH od 10-ciu osób zniżka 10 zł na osobę. Tylko w przypadku jednorazowego zgłoszenia listy przez kierownika grupy. Po zgłoszeniu grupy 10 osób możliwość dopisania kolejnych osób ze zniżką na dany dzień zapisów.

Osoby niepełnosprawne biorące udział w Biegu Głównym i marszu Nordic Walking
OPŁATA 20 zł przelewem zniżka tylko do dnia 12.05.2018 r. w dniu zawodów pełna opłata startowa.

Tarnogórska Mila, Bieg Niepełnosprawnych i Bieg Skrzata - koszt pokrywa organizator

**UWAGA: PO UZYSKANIU POTWIERDZENIA O WNIESIENIU OPŁATY
NAZWISKO UCZESTNIKA POJAWI SIĘ NA LIŚCIE STARTOWEJ.**

Podczas odbioru numerów startowych zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych.

5. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi, nie ma możliwości przeniesienia na inną osobę.

VII. KLASYFIKACJE

W Biegu Tarnogórskim na dystansie 10 km:

1. Klasyfikacja OPEN mężczyzn i kobiet.
2. Klasyfikacja służb mundurowych mężczyzn i kobiet.
3. Klasyfikacja samorządowców mężczyzn i kobiet.
4. Kategoria najliczniejsza grupa biegowa.
5. Kategorie wiekowe:

Mężczyzn:

M-16	16 – 29 lat
M-30	30 – 39 lat
M-40	40 – 49 lat
M-50	50 – 59 lat
M-60+	60 lat i więcej

Kobiet:

K-16	16 – 29 lat
K-30	30 – 39 lat
K-40	40 – 49 lat
K-50+	50 lat i więcej

W marszu Nordic Walking na dystansie 6.66 km

1. Klasyfikacja OPEN mężczyzn i kobiet zdobywcy miejsc I – III
2. Kategorie wiekowe:

Mężczyzn:

M-16	16 – 39 lat
M-40+	40 lat i więcej

Kobiet:

K-16	16-39 lat
K-40+	40 lat i więcej

W Biegu dla Młodzieży na dystansie 3,33 km klasyfikacja dziewcząt i chłopców zdobywcy miejsc I – III.

W Mili Tarnogórskiej na dystansie 1,6 km klasyfikacja klas 1-3 i 4-6 dziewcząt i chłopców zdobywcy miejsc I – III.

Najlepsza Tarnogórzanka i najlepszy Tarnogórzanin w biegu głównym otrzymają statuetki.
Najstarsza zawodniczka i najstarszy zawodnik zawodów otrzymają statuetki.

VIII. NAGRODY

1. W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn Biegu Głównego: zdobywcy miejsc I – III otrzymują statuetki. W kat. wiekowych miejsce I – III statuetki.
2. W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn Nordic Walking: zdobywcy miejsc I – III otrzymują statuetki. W kat. wiekowych I-III statuetki.

3. W klasyfikacji generalnej Mili Tarnogórskiej dziewcząt i chłopców: zdobywcy miejsc I – III otrzymają puchary.
4. W Biegu dla Młodzieży na dystansie 3,33 km klasyfikacja dziewcząt i chłopców zdobywcy miejsc I – III.
5. Klasyfikacja służb mundurowych mężczyzn i kobiet: zdobywcy miejsc I – III otrzymują statuetki.
6. Klasyfikacja samorządowców mężczyzn i kobiet: zdobywcy miejsc I – III otrzymują statuetki.
7. Nagrody nie dublują się. Osoba nagrodzona w kategorii OPEN nie otrzymuje nagrody w kategorii wiekowej.
8. Puchar dla najliczniejszej GRUPY BIEGOWEJ - o przyznaniu decydować będzie ilość osób wystawionych w drużynie, które ukończą bieg. Zawodnicy jednej drużyny zobowiązani są podawać taką samą nazwę drużyny pod względem pisowni i wymowy.
9. Puchar dla najliczniejszej GRUPY NORDIC WALKING - o przyznaniu decydować będzie ilość osób wystawionych w drużynie, które ukończą bieg. Zawodnicy jednej drużyny zobowiązani są podawać taką samą nazwę drużyny pod względem pisowni i wymowy.
10. Puchar dla najstarszej zawodniczki i najstarszego zawodnika zawodów.
10. Wszyscy uczestnicy Biegu Głównego oraz marszu Nordic Walking, którzy ukończą W REGULAMINOWYM CZASIE bieg lub marsz, jak co roku wezmą udział w losowaniu kilkudziesięciu bardzo atrakcyjnych nagród. W tym dwóch nagród głównych tj. roweru i telewizora.

IX. PROGRAM ZAWODÓW:

- 08.00 - otwarcie biura zawodów i weryfikacja zgłoszonych zawodników do Biegu Głównego, marszu Nordic Walking oraz Tarnogórskiej Mili
- 08.20 - zakończenie zapisów dla niepełnosprawnych.
- 08.30 – start dla niepełnosprawnych wraz z opiekunami.
- 08.45 - zakończenie zapisów dla dzieci do Biegu Skrzata.
- 09.00 – start dla dzieci w Biegu Skrzata.
- 09.15 - zakończenie weryfikacji uczestników Tarnogórskiej Mili
- 09.30 - start Tarnogórskiej Mili
- 10.00 - dekoracja najlepszych uczestników Mili Tarnogórskiej
- 10.00 - zakończenie weryfikacji uczestników marszu Nordic Walking
- 10.15 - start marszu Nordic Walking
- 11.30 - zakończenie weryfikacji uczestników Biegu Głównego na 10 km i Biegu Młodzieży na 3,33 km
- 12.00 - start Biegu Głównego 10 km i Biegu Młodzieży na 3,33 km
- 14.00 - ogłoszenie wyników i dekoracja
- PO DEKORACJI KONKURS Z NAGRODAMI

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszyscy uczestnicy zawodów zobowiązują się przestrzegać niniejszy regulamin.
2. Nierespektowanie regulaminu może być powodem do dyskwalifikacji zawodnika.
3. Numer startowy powinien być przypięty z przodu: na klatce piersiowej lub nogawce.

4. Nieprawidłowe zamocowanie chipa, jego utrata lub zniszczenie może skutkować dyskwalifikacją zawodnika i nie stanowi podstawy do złożenia protestu.
5. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany regulaminu oraz jego ostatecznej interpretacji.
6. Uczestnik dokonując rejestracji oświadcza, że wyraża zgodę na przetwarzanie jego danych osobowych, zgodnie z ustawą o ochronie danych osobowych (Dz.U.2016 r. poz. 922 z późn. zm.) do celów związanych z realizacją zadania. I zgadza się także, na publikację jego wizerunku oraz to, aby jego dane (imię, nazwisko, wiek, miasto, klub) pojawiły się na liście zawodników publikowanej w Internecie, mediach i zdjęciach z wyżej wymienionej imprezy.

Sprawy nie ujęte w regulaminie rozstrzyga organizator.

Uczestnicy zawodów nie są ubezpieczeni od nieszczęśliwych wypadków.

Zawody zostaną rozegrane bez względu na pogodę.

Dyrektor Biegu

Beata Kozdra

tel.: 889 980 768

Dyrektor Techniczny Biegu Janusz Środa

mail: [**biegtarnogorski@onet.pl**](mailto:biegtarnogorski@onet.pl)