

# XXI Międzynarodowy Uliczny Bieg Wilka 11 maja 2019

Przewodniczący Komitetu Organizacyjnego, Burmistrz Grajewa – Dariusz Latarowski

w imieniu organizatorów

Serdecznie zaprasza na:

## XXI MIĘDZYNARODOWY ULICZNY BIEG WILKA

Patronat Honorowy: Artur Kosicki - Marszałek Województwa Podlaskiego

Patronat Lokalny: Waldemar Remfeld – Starosta Grajewski

Dariusz Latarowski – Burmistrz Grajewa

Patronat medialny Gazeta Współczesna

Partnerzy medialni: e-grajewo.pl , grajewo.pl, grajewo24.pl, iregionalni.pl, zyciegrajewa.pl,  
jadenapodlasie.pl

Zawody w ramach akcji „Polska Biega”

**Organizatorzy:** Urząd Miasta Grajewa  
Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Grajewie  
Urząd Gminy Grajewo  
Starostwo Powiatowe w Grajewie  
Podlaskie Zrzeszenie LZS w Białymstoku  
Powiatowy SZS w Grajewie  
Grajewskie Centrum Kultury  
Centrum Integracji Społecznej w Grajewie  
Miejska Komisja ds. Rozwiązywania Problemów Alkoholowych  
Klub Sportowy Maratonka Grajewo

**Współpraca:** Komenda Powiatowa Policji w Grajewie  
Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Grajewie  
Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych w Grajewie  
Jednostka Strzelecka 1011 ZS „Strzelec” OSW  
Szkoła Podstawowa nr 2 w Grajewie  
Jednostka OSP w Grajewie, Jednostki OSP Gminy Grajewo  
NSZZ Solidarność O. Grajewo  
Oddział Internistyczno-Kardiologiczny Szpitala Ogólnego w Grajewie  
Centrum Tradycji Mleczarstwa – Muzeum Mleka w Grajewie  
Młodzieżowa Rada Miasta Grajewa  
Hufiec Środowiskowy OHP w Grajewie  
Harcerze drużyn ZHP ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Grajewie.

### 1. Program XXI Biegu Wilka

Miejsce i termin: Grajewo 11.05.2019 r. (sobota) godz. 8.30 – 14.00 parking przed Urzędem Miasta przy ul. Mickiewicza.

Program minutowy:

9.00 zbiórka uczestników i uroczyste otwarcie (na parkingu przed Urzędem Miasta),

9.05 biegi przedszkolaków i klas „0” 200 m,

9.15 klasy I szkoły podstawowe dziewczęta 500 m,

9.20 klasy I szkoły podstawowe chłopcy 500 m,

9.25 klasy II szkoły podstawowe dziewczęta 500 m,

9.30 klasy II szkoły podstawowe chłopcy 500 m,

9.35 klasy III szkoły podstawowe dziewczęta 500 m,

9.45 klasy III szkoły podstawowe chłopcy 500 m,

9.55 klasy IV szkoły podstawowe dziewczęta 800 m,

10.05 klasy IV szkoły podstawowe chłopcy 800 m,

10.15 klasy V szkoły podstawowe dziewczęta 800 m,

10.25 klasy V szkoły podstawowe chłopcy 800 m,  
10.35 klasy VI szkoły podstawowe dziewczęta 800 m,  
10.45 klasy VI szkoły podstawowe chłopcy 800 m,  
10.55 klasy VII szkoły podstawowe dziewczęta 800 m,  
11.05 klasy VII szkoły podstawowe chłopcy 800 m,  
11.15 biegi integracyjne dla niepełnosprawnych,  
11.20 klasy VIII szkoły podstawowe oraz gimnazja dziewczęta 800 m,  
11.30 klasy VIII szkoły podstawowe oraz gimnazja chłopcy 800 m,  
11.35 szkoły ponadgimnazjalne dziewczęta 800 m,  
11.45 szkoły ponadgimnazjalne chłopcy 1600 m,  
11.55 bieg otwarty dla wszystkich chętnych 800 m,  
12.05 Bieg Główny 10 000 m – 5 pętli, start wspólny, limit czasu 90 min. (trasa posiada atest PZLA)  
12.05 Nordic Walking – około 3500 m (limit 30 zgłoszeń)

Około 13.35 zakończenie imprezy i wręczenie nagród.

Wcześniej po każdym biegu dzieci i młodzieży dekoracja zwycięzców.

W czasie trwania zawodów dostępne będą plac zabaw, „dmuchańce”, stoiska gastronomiczne. Centrum Integracji Społecznej zorganizuje wiele atrakcji dla najmłodszych m.in. malowanie twarzy, tatuaże wodne, balonowe zwierzątka, puszczanie baniek mydlanych.

Podczas Biegu Wilka na parkingu przed Urzędem Miasta zorganizowany będzie punkt medyczny z możliwością bezpłatnego pomiaru ciśnienia tętniczego, pomiaru poziomu glukozy, cholesterolu, wykonania i interpretacji EKG. Będzie można uzyskać bezpłatną poradę internisty, kardiologa, nefrologa, gastroenterologa oraz poradę sportowo-lekarską.

Przewidujemy również występy zespołów GCK.

## **2. Trasa biegu głównego (posiada atest PZLA):**

Start – ul. Strażacka – ul. 11 Listopada – ul. Świerkowa – ul. Brzozowa – ul. Wierzbowa – ul. Parkowa – ul. Strażacka – ul. ks. Popiełuszki – ul. Mickiewicza – Meta (5 pętli).

## **3. Uczestnictwo i zgłoszenia**

Uczestnictwo:

- do startu w biegu głównym dopuszczeni zostaną zawodnicy (zawodniczki), którzy ukończyli 16 rok życia oraz posiadają aktualne badania lekarskie lub złożą podpisane własnoręcznie oświadczenie, że biorą udział w biegu głównym na własną odpowiedzialność; od zawodników, którzy nie ukończyli 18 roku życia wymagana będzie dodatkowo pisemna zgoda rodziców na uczestnictwo w biegu głównym;
- zawodnicy (zawodniczki) w trakcie biegu nie są ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków i startują na własną odpowiedzialność, impreza jest ubezpieczona przez Organizatora;
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zagubione;
- przyjęcie numeru startowego, bądź karty startowej jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu;
- szatnie dla zawodników będą dostępne w hali MOSiR przy ul. Strażackiej 2;
- informacje o noclegach dostępna jest u Organizatora (kontakt poniżej).

Zgłoszenia:

- zgłoszenia do biegu głównego (dystans 10 km) można dokonać wypełniając formularz na stronie internetowej [www.elektronicznezapisy.pl](http://www.elektronicznezapisy.pl) (link na [www.maratonka.pl](http://www.maratonka.pl)) – limit przyjęć – 150 osób,
- zgłoszenia do udziału w biegu głównym przyjmowane będą również w dniu zawodów (o ile nie będzie wyczerpany limit) od godz. 8.00 do 11.35 w biurze zawodów w Urzędzie Miasta Grajewa przy ul. Strażackiej 6,
- dodatkowe informacje można uzyskać pod numerami:

86 261 11 34 lub 604 55 08 60, e-mail: [wieje@wp.pl](mailto:wieje@wp.pl)

**WPISOWE W BIEGU GŁÓWNYM** wynosi: **40 PLN** – płatne do dnia 09.05.2019 r. podczas rejestracji elektronicznej (DotPay) lub przelewem na rachunek bankowy klubu nr 43 8768 1013 1310 4997 2000 0010 BS w Szczuczynie Filia w Grajewie oraz **50 PLN** – przy zapisach w Biurze Zawodów. Zawodnicy rocznika 1959 i starsi są zwolnieni z opłaty startowej. Wniesione wpisowe nie podlega zwrotowi.

W ramach wpisowego zapewniamy medal, pakiet startowy (gadżet biegowy, bon na posiłek regeneracyjny, baton, numer startowy, agrafki, materiały promocyjne), izotonik na mecie.

#### **4. Klasyfikacje i nagrody**

Klasyfikacje Biegu Głównego:

- Kategoria open kobiet i mężczyzn
- Kategoria kobiet i mężczyzn zawodników powiatu grajewskiego
- Kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn:

K junior / M junior (rocznik 2003–2002)

K 18–29 / M 18–29 (rocznik 2001–1990)

K 30–39 / M 30–39 (rocznik 1989–1980)

K 40–49 / M 40–49 (rocznik 1979–1970)

K 50–59 / M 50–59 (rocznik 1969–1960)

K 60–69 / M 60–69 (rocznik 1959–1950)

K 70+ / M 70+ (rocznik 1949 i starsi)

#### **Nagrody:**

– w biegu głównym w kategorii open kobiet i mężczyzn: nagrody rzeczowe za miejsca I – III,

– w biegu głównym w kategorii kobiet i mężczyzn z powiatu grajewskiego: nagrody rzeczowe za miejsca I-VI,

– w biegu głównym: pamiątkowe medale dla 150 zawodników,

– w biegu głównym w kategoriach wiekowych: statuetki, maskotki (wilki),

– w biegach towarzyszących dzieci i młodzieży: medale, upominki za miejsca I – III,

– w biegach towarzyszących dzieci i młodzieży: okolicznościowe medale dla wszystkich uczestników XXI Biegu Wilka,

– nagrody w biegach integracyjnych,

**Nagrody w kategorii open i kategoriach wiekowych nie dublują się.**

#### **5. Kontakt**

**Biuro zawodów:**

**MOSiR Grajewo**

**ul. Strażacka 2**

**19 – 200 Grajewo**

**tel. 86 261 11 34**

**e-mail: [mosir@um.grajewo.pl](mailto:mosir@um.grajewo.pl)**

**Koordynator biegu:**

**Wiesław Jerulank**

**tel. 604 550 860**

**e-mail: [wieje@wp.pl](mailto:wieje@wp.pl)**

**Uwaga: Interpretacja Regulaminu Imprezy należy do Organizatorów, a sprawy sporne wynikające z uczestnictwa w biegach rozstrzygać będzie Komisja Sędziowska.**