

# Łączy nas Sport – bieg na 5km

## Regulamin

### CEL IMPREZY :

- Integracja poprzez sport.
- Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej.
- Promowanie aktywności fizycznej w różnych grupach społecznych i środowiskowych .
- Promocja Miasta Polanica-Zdrój.

### ORGANIZATOR:

FUNDACJA SZANSA ul. Kościelna 2, 57-320 Polanica-Zdrój. Bieg organizowany w ramach projektu "Łączy nas Sport" dotowany z Urzędu Miasta w Polanicy- Zdroju. Koordynator biegu : Robert Zięterski tel.663781130

### TERMIN i MIEJSCE :

**19.05.2019r. (niedziela) godz 11.30.** Odbiór pakietów startowych od godz. 9.30-11.00 w biurze zawodów – Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy ul. Kościelna 2 w Polanicy-Zdroju.

### TRASA i DYSTANS :

Dystans 5km – bez atestu. Nawierzchnia asfaltowa (łącznie ok 800m okolice startu i mety), ścieżki leśne (ok 4,2km). Bieg o charakterze górskim pierwsza część trasy z podbiegami, szczególnie pierwszy km, druga połowa głównie płasko i zbiegi. Wzrost wysokości 161m na odcinku 5km. Na trasie będą ustawieni wolontariusze, w razie konieczności możliwe znaki kierunkowe oraz oznaczenie dystansu trasy. Start i Meta – ul. Kościelna 2 , Polanica-Zdrój - plac przed szkołą.



## **WARUNKI UCZESTNICTWA :**

Uczestnikiem biegu może być każda osoba która do dnia 19.05.2019r. ukończy 16 lat  
Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie przedstawienie przez zawodnika  
zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w w/w biegu na  
dystansie 5 km lub złożenie OŚWIADCZENIA o zdolności do udziału w w/w biegu  
podpisanego własnoręcznie w biurze zawodów. Zawodnik niepełnoletni startuje tylko  
i wyłącznie na podstawie pisemnej zgody rodziców /prawnych opiekunów.  
Limit uczestników 200 osób.

## **ZGŁOSZENIA:**

Poprzez formularz zgłoszeniowy do dnia 15.05.2019r. na stronie internetowej :  
<http://zapisy.ultimasport.pl/483> Organizator zawodów nie pobiera opłat za udział w biegu.  
Pomiar czasu za pomocą chipów umieszczonych w zwrotnych numerach startowych.

## **NAGRODY :**

KLASYFIKACJA OPEN: M-1miejsce, K-1miejsce

KLASYFIKACJA OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNE: I,II,III miejsce

KLASYFIKACJA MIESZKAŃCÓW POLANICY: I,II,III miejsce

KLASYFIKACJA W KATEGORIACH WIEKOWYCH: I,II,III miejsce

KATEGORIA SPONSOR SPORTU: (osoby które chcą być sklasyfikowane w tej  
kategorii, powinny wspomóc organizację zawodów sportowych, w tym sport osób  
niepełnosprawnych proszone są o kontakt telefoniczny w koordynatorze biegu )

M 16 (2003 - 2000)                      K 16 (2003 - 2000)

M 20 (1999 – 1990)                      K 20 (1999 - 1990)

M 30 (1989 – 1980)                      K 30 (1989 - 1980)

M 40 (1979 – 1970)                      K 40 (1979 - 1970)

M 50 (1969 – 1960)                      K 50 +

M 60 +

NAJSTARSZY UCZESTNIK, UCZESTNICZKA BIEGU.

Przewidziana jest tombola dla tych co pokonają trasę w limicie czasowym.

## **UWAGI KOŃCOWE:**

Każdy kto ukończy bieg otrzyma medal oraz przekąskę.

Limit czasu ukończenia biegu wynosi 1 godz.

Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

Ogłoszenie wyników, wręczenie nagród około godz. 13.00 (boisko szkolne  
ul.Kamienna ok 100m od startu). W tym dniu odbywał się będzie na boisku festyn  
rodzinny, mile widziane rodziny z dziećmi.

Zoorganizowany będzie punkt depozytowy, toalety, kawa i herbata.

Organizator nie ubezpiecza zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków,  
odpowiedzialność za to biorą uczestnicy we własnym zakresie.

Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb  
biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku z biegu.