

V PUSTYNNNA OŚMIORNICA

REGULAMIN

1.Cel imprezy:

- Upowszechnienie biegania oraz Nordic Walking, jako prostych form aktywności fizycznej.
- Promocja walorów turystycznych i krajobrazowych Gminy Janów i Pustyni Siedleckiej.

2.Organizatorzy i władze Pustynnej Ośmiornicy:

- Kabex LKS Podkowa w Janowie
- Starostwo Powiatowe w Częstochowie
- Radosław Tomzik kierownik trasy

3. Termin i miejsce:

19.05.2019 Siedlec- Gmina Janów
Szkolne Schronisko Młodzieżowe w Siedlcu
Siedlec, ul. Szkolna 8
42-253 Janów

4.Trasa i dystans:

- Trasa biegu i nordic walking w całości o podłożu piaszczystym z ostrymi podbiegami i zbiegami.
- Dystans nordic walking ok. 3000 m.
- Dystans biegu ok. 5000 m.

5.Uczestnicy zawodów:

- uczestnikami zawodów mogą być osoby które w dniu zawodów ukończą 16 lat(bieg), w zawodach nordic walking bez ograniczenia wiekowego.
- osoby niepełnoletnie muszą posiadać pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego wraz z numerem PESEL . Warunkiem dopuszczenia osoby niepełnoletniej jest podpisanie przez rodzica lub opiekuna stosownego oświadczenia w BIURZE ZAWODÓW.

-W konkurencji biegowej wprowadza się następujące kategorie:

- OPEN 1-5 miejsca kobiet i mężczyzn
- W konkurencji nordic walking wprowadza się następujące kategorie:
- Kategoria szkoły podstawowe(rocznik 2008-2006)
 - Kategoria rocznik 2005 - 2003
 - W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 2002 do 1989
 - W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 1988 do 1979
 - W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 1978 do 1969

- W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 1968 do 1959
- W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn roczniki 1958 i starsi
- Open kobiet i mężczyzn

Wprowadza się limity uczestników:

-bieg -100 osób

-nordic walking – bez limitów

6.Zgłoszenia:

-Zgłoszenia zawodników będą przyjmowane drogą elektroniczną poprzez formularz rejestracyjny udostępniony na stronie: www.elektronicznezapisy.pl, www.chodzezkijami.pl, www.maratonyplskie.pl.

-Za kompletne zgłoszenie przyjmuje się wypełnienie formularza rejestracyjnego i dokonanie przelewu opłaty startowej na podane konto do dnia 16 maja 2019 r.

-W dniu zawodów zgłoszenia będą przyjmowane po uiszczeniu opłaty startowej w wysokości 80zł.

7.Opłata startowa:

-Wpisowe na start w zawodach płatne przelewem na konto: 47 1140 2004 0000 3202 5102 2130, Krzysztof Kozik, ul. Żarecka 11

-Tytuł wpłaty : Pustynna Ośmiornica-Imię nazwisko, konkurencja(bieg, nordic walking)

-Wysokość opłaty startowej: 35 zł do 16 maja . Po terminie opłata wynosić będzie 80 zł.

8.Nagrody:

-W konkurencji bieg 1-5 miejsca kobiet i mężczyzn: puchary, dyplomy, nagrody rzeczowe.

-W konkurencji nordic walking pierwsze 3 miejsca w kategoriach wiekowych i open: puchary, dyplomu, nagrody rzeczowe.

-Każdy uczestnik przekraczający linię mety otrzyma pamiątkowy medal.

9.Uwagi i informacje:

-Zawody zostaną rozegrane bez względu na warunki atmosferyczne

-Zawodnicy startują z przypiętymi numerami na piersi

-Opłata startowa nie podlega zwrotowi

-Brak właściwie przymocowanego numeru w jakim kol wiek momencie trasy będzie skutkowało dyskwalifikacją

-Zawodnicy w biegu i marszu poruszają się tylko wyznaczoną trasą

-Uczestnicy konkurencji NW pokonują trasę marszem, z kijkami

-Marsz NW jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem.

-Nad bezpieczeństwem uczestników opiekę będą pełnili ratownicy medyczni

-Obowiązuje zakaz startu pod wpływem alkoholu i środków odurzających

- Organizator ze względu na ekstremalne warunki nie zapewnia szatni i depozytu
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie trwania imprezy
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w marszu lub biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze materialnym.
- Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- Zaleca się uczestnikom przeprowadzenie odpowiednich badań lekarskich i ubezpieczenie we własnym zakresie.
- Podpisanie zgłoszenia jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz wyrażeniem zgody na przetwarzanie ich danych osobowych i przetwarzanie ich w przekazach radiowych i telewizyjnych i drukowanych(imię , nazwisko, data urodzenia, adres, klub)w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów
- Należy przestrzegać zasad ochrony przyrody i przepisów przeciwpożarowych, dbać o porządek w miejscu zawodów
- W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator
- Organizator może skorzystać z prawa dokonywania zmian w regulaminie

Dokładne informacje :Tel. 694 593 046 , 724 455 987

Biuro zawodów Nordic Walking 8:15-9:45 Biegu 8:15-10:35

Start Nordic Walking godz. 10:00

Start Biegu godz. 10:50