

## **Regulamin Zawodów II Czernikowska 10- tka**

### **Cel:**

- Popularyzacja masowych biegów w środowisku Czernikowa,
- Promocja walorów przyrodniczych Gminy Czernikowo,
- Popularyzacja biegania jako najzdrowszej i najtańszej formy ruchu,

### **Organizator:**

- Czernikowskie Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Edukacji Kultury i Sportu „Czyż-Nie”,
- Gmina Czernikowo,
- Samorząd Województwa Kujawsko-Pomorskiego w Toruniu,
- Powiat Toruński.

### **Termin:**

- 22 września (niedziela) godz. 13.00

### **Miejsce:**

Szkoła Podstawowa w Osówce, Gmina Czernikowo, woj. Kujawsko Pomorskie

### **Dystans:**

- 10 km bieg Cross
- 5 km bieg Cross
- 5 km Nordic Walking

### **Trasa:**

- Bieg Cross i Nordic Walking w pobliżu jeziora Zacisze – w terenie leśnym,
- Biegi krótkie/towarzyszące od godz. 10.00 dla dzieci i młodzieży przy Szkole Podstawowej w Osówce (zapisy od 9.30 w biurze zawodów).

### **Start i Meta:**

- Szkoła Podstawowa w Osówce, Gmina Czernikowo, woj. Kujawsko Pomorskie.
- Trasa będzie oznaczona co 1 km
- Bieg Cross na 10 km – dwie pętle po 5 km.
- Punkty z wodą na ok. 5 km.

### **Oplaty:**

- 10 km bieg Cross - 30,00 PLN
- 5 km bieg Cross – 20 PLN
- Nordic Walking – 20 zł

**- Mieszkańcy Gminy Czernikowo – zwolnieni z opłaty**

- Wpłaty na konto do 21 września,
- W dniu zawodów opłata wzrośnie do 35zł (10km), 25 zł (5km) oraz 25 zł (Nordic Walking).

Pomiar czasu w biegu na 10 km, 5km oraz Nordic Walking:

Pomiar czasu dokonywany będzie elektronicznie, za pomocą chipów. Chip należy umieścić w sznurowadłach buta bądź na wysokości kostki. Po biegu należy wydany chip zwrócić do stanowiska firmy obsługującej pomiar czasu.

**Uczestnictwo i zgłoszenia :**

Warunkiem uczestnictwa jest weryfikacja w biurze zawodów oraz podpisanie oświadczenia o starcie na własną odpowiedzialność. W przypadku osób niepełnoletnich wymagana będzie pisemna zgoda opiekuna prawnego. Osoby w wieku do 18 lat (które w dniu biegu tj. 22 września 2019 nie osiągnęły jeszcze pełnoletniości) zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL lub nr dowodu osobistego.

Sekretariat zawodów czynny od 8.00 – 12.30 w Szkole Podstawowej w Osówce.

W ramach opłaty dla zawodników w biegu na 10 km i 5 km oraz Nordic Walking: pakiet startowy (nr. Startowy, szatnie w SP Osówka, ciepły posiłek, napoje, opieka medyczna, medal okolicznościowy, chip)

Ustalony został limit 300 uczestników (bieg na 10 km, 5 km)

- Organizator nie ustala limitu dla uczestników Nordic Walking,
- Zapewniamy depozyt,

**Klasyfikacja i Kategorie: bieg na 10 km**

Klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn w biegu głównym na 10 km

**Kategorie wiekowe kobiet:**

- K 18 - 29 lat
- K 30-49 lat
- K pow. 50 lat

**Kategorie mężczyzn:**

- M 18 – 34 lat
- M 35 – 49 lat
- M 50 +

**Klasyfikacja i Kategorie: bieg na 5 km**

- Klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn w biegu głównym na 5 km.

**Kategorie wiekowe kobiet:**

- K 18 - 29 lat
- K 30 - 49 lat
- K pow. 50 lat

**Kategorie wiekowe mężczyzn:**

- M 18 - 34 lat
- M 35 - 49 lat
- M pow. 50 lat

**Klasyfikacja i kategorie Nordic Walking:**

- Klasyfikacja K/M Open

**Kategoria dla mieszkańców gminy Czernikowo:**

- 5km i 10 km Open, K/M

**Nagrody i wyróżnienia:**

- otrzymane nagrody się nie dublują,

Klasyfikacja biegu na 10 km, 5km oraz Nordic Walking Open kobiet i mężczyzn I- III miejsce puchar i nagroda rzeczowa,

W kategoriach wiekowych biegu na 10 km i 5 km kobiet i mężczyzn m-ca I-III puchar.

Na mecie dla każdego zawodnika w biegu na 10 km, 5 km oraz Nordic Walking pamiątkowy medal,

Nagroda dla najstarszego i najmłodszego uczestnika zawodów.

Organizator przewiduje losowanie ciekawych nagród wśród zawodników (warunkiem uczestnictwa będzie zdanie numeru startowego), którzy ukończą bieg na 10 km, 5 km oraz Nordic Walking. Jeżeli zawodnik nie zgłosi się z numerem startowym na scenę, nagroda losowana jest kolejny raz, aż do skutku.

**Postanowienia końcowe:**

- Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe,

Zawody „II Czernikowska 10 – tka” są imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Każdy uczestnik jest zobowiązany do podpisania oświadczenia o znajomości regulaminu. Podpisując oświadczenie wyraża tym samym zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport poszkodowanego w bezpieczne miejsce, personelowi medycznemu i paramedycznemu działającemu w imieniu organizatora. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Ponadto, z udziałem w zawodach mogą

wiązać się inne, niemożliwe w tej chwili do przewidzenia, czynniki ryzyka. Podpisanie oświadczenia o znajomości regulaminu oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił zakres i charakter ryzyka wiążącego się z udziałem w biegu, startuje dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.

Zapisując się do udziału w zawodach uczestnik akceptuje niniejszy regulamin i wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie jego wizerunku utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo oraz udziela Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie go na wszystkich polach eksploatacji, w tym: utrwalania i rozpowszechniania w dowolnej formie oraz wprowadzanie do pamięci komputera, wykorzystania do promocji i organizacji imprezy „Pierwsza Czernikowska 10 - tka”, w celu ich promocji w kontekście udziału w imprezie, zamieszczania na promocyjnych materiałach drukowanych Organizatora, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych. Uczestnik wyraża także zgodę na przetwarzanie jego danych osobowych dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprezy „II Czernikowska 10 - tka” oraz przyjmuje do wiadomości, że przysługuje mu prawo wglądu do treści jego danych oraz ich poprawiania, dane te będą przetrzymywane w bezpiecznym miejscu, nie będą sprzedawane osobom trzecim ani żadnym organizacjom.

Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi imprezy „II Czernikowska 10 - tka”. W sprawach nieujętych Regulaminem rozstrzyga Organizator. Jeżeli którekolwiek z postanowień Regulaminu zostanie częściowo lub w całości uznane za nieważne lub niemożliwe do wyegzekwowania – wszelkie inne postanowienia (w całości bądź częściowo) zachowują ważność.