

# Regulamin 2019

Burzyn, 2.06.2019

## VIBIEG BURZYŃSKI 2/06/2019



## POGÓRZAŃSKIE MISTRZOSTWA NORDIC WALKING

BURZYN



PATRONAT HONOROWY  
Burmistrz Gminy Tuchów – Magdalena Marszałek

## 1. CEL IMPREZY

- uczczenie pamięci im. prof. Jana Sajdaka,
- popularyzacja i upowszechnianie biegania i nordic walking jako najprostszej formy sportu i rekreacji ruchowej zarówno wśród dzieci jak i dorosłych,
- propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców gminy Tuchów i regionu Małopolski

## 2. PATRONAT HONOROWY

Burmistrz Gminy Tuchów – Magdalena Marszałek

## 3. ORGANIZATOR

- LKS Burzyn
- Kępa Sport
- Zespół Szkół w Burzynie

### WSPÓŁORGANIZATORZY

- Urząd Miasta Tuchów, Dom Kultury w Tuchowie
- Sponsorzy

## 4. TERMIN I MIEJSCE:

- 2 czerwca 2019r. (niedziela) - Burzyn
- Start i Meta (Stadion LKS BURZYN)
- Biuro zawodów: 8:30-10:30
- **Start Biegów Dzieci – godz. 10:00** (stadion)
- **Start biegu głównego**, dystans 10 km: **godz. 11:00** (zamknięcie trasy 12:30)
- **Start Nordic Walking**, dystans 5.5 km : **godz. 11:00** (zamknięcie trasy 12:30)
- Biuro zawodów będzie znajdować się w Zespole Szkół w Burzynie (obok stadionu LKS Burzyn)

## 5. Bieg główny:

- Dystans: 10 km (90% asfalt, 10% droga szutrowa)
- Limit czasowy: 90 minut
- Trasa oznakowana co 1 km, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie ograniczony, obowiązuje ruch prawostronny (dokładna trasa dostępna na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl))
- Pomiar czasu: elektroniczny

### Klasyfikacja OPEN – Kobiety / Mężczyźni

#### Prowadzone będą kategorie wiekowe:

M-1 16 - 29 lat	K-1 16 - 29 lat
M-2 30 - 39 lat	K-2 30 - 39 lat
M-3 40 - 49 lat	K-3 40 - 49 lat
M-4 50 - 59 lat	K-4 50 - 59 lat
M-5 60 lat +	



**Dodatkowa klasyfikacja:** Najmłodszy, Najstarszy i najstarsza uczestnik/-czka biegu

#### **Biegi dzieci i młodzieży**

- dystans 100 m. dla przedszkolaków (od 4 lat - do 6 lat) /dziewczęta i chłopcy/
- dystans 250 m. dla uczniów I - III klasa /dziewczęta i chłopcy/ (1 okrążenie wokół stadionu)
- dystans 500 m. dla uczniów IV - VI klasa /dziewczęta i chłopcy/ (2 okrążenia wokół stadionu)
- dystans 750-1000 m. dla uczniów gimnazjum, klasy I-III /dziewczęta i chłopcy/

## **6. WARUNKI UCZESTNICTWA w BIEGU GŁÓWNYM , Nordic Walking**

A. Impreza ma charakter otwarty.

B. Prawo uczestnictwa w biegu głównym mają osoby pełnoletnie, oraz osoby w wieku od 16 lat (ur. 1999r.), jeśli mają pisemną zgodę rodziców.

C. **Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów i na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) /Dz.Ustaw nr 101, poz 1095/ lub przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.**

#### **D. PAKIET STARTOWY Bieg głównym,**

W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu głównego otrzymuje pakiet startowy, na który składają się:

- numer startowy
- elektroniczny pomiar czasu
- artykuły pozyskane od sponsorów
- **atrakcyjne upominki sportowe**
- wodę na trasie i mecie zawodów
- materiały informacyjne i reklamowe
- pamiątkowy odlewany medal na mecie
- posiłek na mecie

W miarę możliwości sponsorskich, organizator przewiduje rozszerzenie pakietu startowego.

E. Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte z przodu do koszulki startowej. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji. Uczestnicy biegu otrzymują CHIPY Startowe , które należy zwrócić na mecie biegu. **Nie zwrócenie chipu startowego, oznacza dla uczestnika poniesienie kary pieniężnej w kwocie 100 zł**

F. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.

G. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.



## 7. Pogórzeńskie Mistrzostwa w Nordic Walking

- Dystans: 5.5 km (90% asfalt, 10% droga szutrowa)
- Limit czasowy: 90 minut
- Trasa oznakowana co 1 km, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie ograniczony, obowiązuje ruch prawostronny (dokładna trasa dostępna na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl))
- Pomiar czasu: elektroniczny
  
- Medale otrzymują wszyscy uczestnicy zawodów Nordic Walking,
  
- Na trasie będą rozstawieni sędziowie pilnujący techniki i zasad Nordic Walking
  
- Statuetki Mistrzów za miejsca: 1 - 3 w następujących kategoriach wiekowych.

### Prowadzone będą kategorie wiekowe:

<b>M-1</b> 16 - 35 lat	<b>K-1</b> 16 - 35 lat
<b>M-2</b> 36 - 49 lat	<b>K-2</b> 36 - 49 lat
<b>M-3</b> 50 lat +	<b>K-3</b> 50 lat +

**Opis techniki nordic walking (NW):** jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym, marsz z jednoczesnym odpychaniem się kijami, przy zachowaniu stałego kontaktu przynajmniej jednej stopy z podłożem. Podczas wykonywania prawidłowego marszu Nordic Walking ma miejsce moment, gdy zawsze jedna noga (stopa) dotyka podłoża. W marszu NW brak fazy lotu — zawsze ma miejsce faza jednołożnego podparcia. Dodatkowo należy zachować naprzemianstronne odpychanie się kijami następujące w rytm marszu.

- **Zakazane jest:** nadmierne pochylanie ciała w przód, wbijanie kijów pod kątem prostym, brak wbicia i odepchnięcia kijkiem, obniżanie środka ciężkości (uginanie kolan), używanie techniki chodu sportowego oraz podbiegania.
  
- **Ostrzeżenia i dyskwalifikacje:** Zawodnik jest informowany, gdy sposób jego poruszania się nie spełnia warunków dotyczących techniki marszu NW, a ich łamanie karane będzie ostrzeżeniami przez sędziów na trasie przez sygnalizowanie żółtą kartką. Pierwsze ostrzeżenie bez konsekwencji (kary czasowej), Drugie i każde następne ostrzeżenie skutkuje karą czasową (jedno ostrzeżenie = 1 minuta dodana do czasu końcowego zawodnika popełniającego błąd). Jeżeli zawodnik drastycznie łamie zasady techniki NW (np.: biega, podbiega) podlega natychmiastowej dyskwalifikacji: czerwona kartka.
  
- **Wyniki na mecie:** są wynikami wstępnymi i nieoficjalnymi. Za wyniki oficjalne w komunikacie końcowym uważa się wyniki zweryfikowane po uwzględnieniu ewentualnych kar.



## 8. ZGŁOSZENIA:

- Biuro zawodów mieści się w miejscu STARTU /METY – **Burzyn**, Stadion Sportowy w Burzynie
- Zgłoszenia do biegu głównego i biegów dzieci dostępne są przez Internet na stronie: [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) lub w biurze zawodów od 8.30 do 10.30 w dniu zawodów.

### I. Bieg główny

Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) lub formularza pisemnego i wpłacenie opłaty startowej:

- w wysokości **35 zł** przelew - do 10 kwietnia 2019 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **40 zł** przelew - do 10 maja 2019 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **45 zł** przelew - do 30 maja 2019 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **60 zł** w biurze zawodów – 2 czerwca 2019 ( ilość miejsc ograniczona )

**Wpłaty za pośrednictwem przelewów On-Line na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) (na liście startowej)**

- A. Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku
- B. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi, nie ma również możliwości przeniesienia jej na inną osobę.
- C. **OBOWIĄZUJE LIMIT ZGŁOSZEŃ - 250 uczestników opłaconych**  
- po osiągnięciu limitu - formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów w biurze zawodów.
- D. Organizator gwarantuje pierwszym 250 uczestnikom na mecie medale.

### II. Biegi dla dzieci i młodzieży

- **Udział w biegach dla dzieci i młodzieży - jest DARMOWY.**
- **W biegach dzieci i młodzieży obowiązuje limit 150 zgłoszeń.**

### III. Nordic Walking – 5.5 km

- Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) lub formularza pisemnego i wpłacenie opłaty startowej:

- w wysokości **29 zł** - przelew - do 30 kwietnia 2019 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **39 zł** - przelew - do 30 maja 2019 (szybki przelew on-line)
- w wysokości **50 zł** - w biurze zawodów – 2 czerwca 2019 ( ilość miejsc ograniczona )

Podstawowy pakiet startowy Nordic Walking przedstawiony jest w pkt 6.D.



## 9. NAGRODY

### A. Nagrody Bieg Główny

- a. Kategoria OPEN K / M
  - i. 1 msc. Nagroda Rzeczowa
  - ii. 2 msc. Nagroda Rzeczowa
  - iii. 3 msc. Nagroda Rzeczowa
  
- b. Kategorie wiekowe K / M
  - i. 1 msc. Nagroda Rzeczowa
  - ii. 2 msc. Nagroda Rzeczowa
  - iii. 3 msc. Nagroda Rzeczowa

Ilość nagród może się zwiększyć – w przypadku pozyskać dodatkowych sponsorów.

### B. Biegi dla dzieci i młodzieży

Nagrody w kategoriach wiekowych dla chłopców i dziewcząt

- 1. miejsce: nagrody rzeczowe
- 2. miejsce: nagrody rzeczowe
- 3. miejsce: nagrody rzeczowe

### C. Nordic Walking – 5.5 km

W ramach marszu Nordic Walking – zostanie wykonany elektroniczny pomiar czasu, w celu przeprowadzenia klasyfikacji wiekowej.

#### Nagrody Kategorie wiekowe K / M

- 1 msc. Statuetka Mistrza
- 2 msc. Statuetka Mistrza
- 3 msc. Statuetka Mistrza

Organizator przewiduje drobne nagrody rzeczowe w zależności od ilości sponsorów.

**Wśród wszystkich uczestników biegu i nordic walking odbędzie się losowanie cennych nagród.**



## 10. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Bieg odbywać się będzie przy ograniczonym ruchu drogowym - służby zabezpieczające to: ochotnicza straż pożarna z Burzyna, Mesznej Opackiej oraz Policja, organizacja łączności na biegu – kontakt: Leszek Kępiński – tel. 665 611 079, Jarosław Makowiec – tel. 604 392 461 – [kontakt@kepasport.pl](mailto:kontakt@kepasport.pl)
- Organizator informuje, że numery startowe są przydzielane zawodnikom/-czkom, którzy uiścili opłatę startową przed dniem zawodów tj. 30.05.2019, pozostałe osoby bez opłaty nie mają zagwarantowanego startu – ilość dodatkowych numerów startowych w dniu zawodów jest ograniczona
- Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne,
- Wszyscy uczestnicy biorą udział na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy,
- Dyrektor biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których jest zobowiązany poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie . Organizator zapewnia pomoc medyczną dla uczestników biegu w postaci ambulansu z dwuosobową obsługą ratownictwa medycznego oraz ratownikiem medycznym na starcie/mecie zawodów. Za wyścigiem porusza się ambulans, a za ambulansem pilot zamykający.
- Uczestnicy biegów nie są ubezpieczeni przez organizatora.
- Odebranie numeru startowego przez uczestnika biegu głównego jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu.
- Organizator zaleca uczestnikom posiadanie aktualnych badań lekarskich stwierdzających zdolność do udziału w biegu długodystansowym.
- Wartość i ilość nagród rzeczowych jest uzależniona od ilości pozyskanych sponsorów
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy
- Parking dla samochodów znajduje się w wyznaczonych miejscach przez organizatora
- Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora
- Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć i filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystania w Internecie lub w transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.
- Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatora poprzez umieszczanie na nośnikach elektronicznych, w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych, w gazetach i na wystawach, jak również na potrzeby promocyjno-reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora.
- Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
- W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

Dyrektor Biegu:

Jarosław Makowiec  
tel. 604 392 461

Leszek Kępiński  
tel. 665 611 079

[kontakt@kepasport.pl](mailto:kontakt@kepasport.pl)

