**Regulamin**

**Biegu i Zawodów Nordic Walking   
im. Jana Pawła II**

**Organizatorzy:**

* Burmistrz Miasta i Gminy Lesko,
* Sport Lesko Spółka z o.o. w Lesku,
* Leskie Centrum Edukacji i Sportu.

**Termin i miejsce:**

* 1 czerwca 2019 r. godz. 11.00 – 13.00 – Lesko,

**Cel imprezy:**

* Popularyzacja zdrowego trybu życia – upowszechnianie biegania i Nordic Walking jako najbardziej dostępnych form sportu i rekreacji,
* Promocja aktywności fizycznej, rywalizacji w duchu fair play,
* Uczczenie pamięci Jana Pawła II
* Promocja Miasta i Gminy Lesko w ramach obchodów Dni Leska i Dnia Dziecka.

**Program imprezy:**

* 9:00 – 10.30 – weryfikacja zgłoszeń i odbiór pakietów startowych w Biurze Zawodów,
* 11.00 – start biegu na dystansie 6 km,
* 11.10 – start Nordic Walking – 4,5 km,
* 13.15 – ceremonia dekoracji zwycięzców.

**Warunki uczestnictwa:**

* Posiadanie aktualnych badań lekarskich lub złożenie podpisu pod oświadczeniem   
  o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu i zawodach Nordic Walking oraz uczestnictwie na własną odpowiedzialność,
* Ukończony 14 rok życia,
* Osoby, które nie ukończyły 18 roku życia, muszą obowiązkowo posiadać zgodę rodziców lub prawnych opiekunów, zezwalających na start w biegu i w zawodach Nordic Walking,
* warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręcznie podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu oraz okazanie dokumentu tożsamości, celem weryfikacji danych osobowych,
* Wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych.

**Zgłoszenia:**

Zgłoszenia udziału w biegu i marszu Nordic Walking odbywają się elektronicznie [www.timekeeper.pl/zawody](http://www.timekeeper.pl/zawody) w terminie do 29 maja 2019r. Limit zgłoszeń wynosi 200 startujących ogółem w biegu i marszu (decyduje data wpłaty). W przypadku niewyczerpania limitu możliwe będzie dokonanie zgłoszenia w dniu zawodów.

**Opłata startowa:**

* 20 zł – płatne w terminie do 29 maja 2019r. za pośrednictwem [www.timekeeper.pl/zawody](http://www.timekeeper.pl/zawody) lub 25 zł gotówką w dniu zawodów.

**Pakiet startowy:**

* Pakiet startowy zawierać będzie numer startowy, zestaw agrafek, bloczek   
  na wyżywienie możliwy do zrealizowania w punkcie żywienia przy Basenie Aquarius w Lesku.

**Trasa:**

* Nawierzchnia - Bieg: asfaltowa – 3900 m, trawiasto - gliniasta – 1800 m, szutrowa – 180 m., kostka – 120 m.
* Nawierzchnia Nordic Walking: : asfaltowa – 2400 m, trawiasto - gliniasta – 1800 m, szutrowa – 180 m., kostka – 120 m.
* Opis trasy biegu: START – Basen Aquarius Lesko, ul. Bieszczadzka 7 – ul. Jana Pawła II – Stadion Miejski (1 okrążenie) – ul. Jana Pawła, ul. Sanowa, ul. Jana Pawła II, ul. Kwiatowa, ul Stawowa, ul. Przemysłowa, ul. Waryńskiego – Rondo – ul. Bieszczadzka – META – Basen Aquarius Lesko.

Opis trasy Nordic Walking: START – Basen Aquarius Lesko, ul. Bieszczadzka 7 – ul. Jana Pawła II – Stadion Miejski (1 okrążenie) – ul. Jana Pawła, ul. Sanowa, ul. Jana Pawła II, ul. Kwiatowa – ul. Piłsudskiego (chodnik – prawa strona) – ul. Bieszczadzka - META – Basen Aquarius Lesko.

* Trasa oznakowana będzie co 1 km.

**Klasyfikacje:**

W zawodach obowiązywać będą następujące klasyfikacje:

* Bieg 6 km – Kobiety i mężczyźni: Open, do 18 lat, do 30 lat, do 40 lat, do 50 lat, powyżej 50 lat,
* Nordic Walking 4,5 km – Kobiety i mężczyźni: Open, do 18 lat, do 30 lat, do 40 lat, do 50 lat, powyżej 50 lat,

**Nagrody i upominki:**

* Za zajęcie miejsc I-III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn w biegu oraz Nordic Walking – puchary, nagrody rzeczowe,
* Zwycięzcy kategorii wiekowych – puchary,
* Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg i marsz Nordic Walking otrzymają okolicznościowe medale,
* Wśród wszystkich uczestników rozlosowane zostaną nagrody rzeczowe – liczba zależna od pozyskanych sponsorów. Warunkiem otrzymania nagrody jest obecność   
  w trakcie losowania oraz posiadanie numeru startowego.

**Uwagi organizacyjne:**

* W biegu oraz marszu Nordic Walking każdy zawodnik ma obowiązek wystartować   
  z numerem startowym przydzielonym przez organizatora, umieszczonym   
  w widocznym miejscu,
* Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność.
* Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowania stosownie do przepisów ruchu drogowego. Należy bezwzględnie stosować się do zaleceń służb porządkowych zabezpieczających zawody. Zawodnicy obowiązani są   
  do przemieszczania się prawą stroną trasy.
* Organizator zapewnia opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy w okolicy startu  
  i mety.
* Depozyt znajdować będzie się na basenie (szafki na korytarzu) – ilość miejsc ograniczona.
* Biuro zawodów znajdować się będzie przy Basenie Aquarius w Lesku.
* Organizator zapewnia wodę na mecie dla wszystkich uczestników zawodów oraz ciepły posiłek.
* Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki   
  w trakcie zawodów.
* Ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu należy do Organizatora.

Lesko, 05.04.2019 r.