

## REGULAMIN

### *I tuLISzkowska DYCHA*

### *Bieg po zdrowie i trzeźwość*

#### **I. Cel zawodów:**

1. Popularyzacja biegania, jako formy czynnego wypoczynku
2. Zapobieganie alkoholizmowi, narkomani i patologiom społecznym poprzez czynne uprawianie sportu
3. Propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia
4. Promocja Gminy i Miasta Tuliszków

#### **II. Organizator:**

##### **Uczniowski Klub Sportowy Judo w Tuliszkowie**

##### **Koordynatorzy:**

Waldemar Dzięgielewski tel: 607 573 721

Jakub Szymczak tel: 789 389 403

Michał Gaj tel: 782 560 182

#### **III. Współorganizatorzy:**

Urząd Gminy i Miasta w Tuliszkowie

Miejsko Gminny Klub Sportowy MGKS Tulisza

#### **IV. Termin, miejsce i trasa:**

**Termin :** 15.06.2019r.(tj. Sobota),

**Miejsce:** boisko gminne siedziba MGKS Tulisza w Tuliszkowie ul. Nortowska 1,

##### **Harmonogram :**

godz 8.30 do 10.30 Wydawanie pakietów startowych

godz. 10:30- otwarcie zawodów,

godzina 11:00 start Biegu Głównego (10 km) i Marszu Nordic Walking .

Adres biura zawodów: MGKS Tulisza przy Gimnazjum w Tuliszkowie ul. Nortowska 1.

#### **Trasa o długości 10 km drogi leśne**

- **4 okrążenia po 2,5 km Bieg Główny(10km)**
- **2 okrążenia po 2,5 km Nordic Walking**

Trasa bez atestu PZLA pomiar dokonano przy użyciu drogowego koła mierniczego.

Organizator nie uwzględnia roszczeń, co do długości trasy.

#### **V. Punkt odświeżania:**

Na mecie biegu znajdować się będzie punkt z wodą. W przypadku słonecznej pogody zalecamy zabranie butelki.

#### **VI. Opieka medyczna w czasie zawodów**

Na punkcie odświeżania do dyspozycji zawodników są podręczne apteczki z podstawowym zestawem pomocy medycznej.

Na mecie biegu będzie karetka pogotowia

Ewentualne zgłoszenie jest możliwe po zgłoszeniu wolontariuszom obecnym na trasie (strażacy).

## VII. Pomiar i limit czasu

Organizator przewiduje limit czasu:

- 90 minut Bieg Główny.
- 60 minut Nordic Walking

Po upływie tego czasu zawodnicy którym nie udało się ukończyć biegu proszeni są o natychmiastowe opuszczenie trasy. Organizator nie bierze odpowiedzialności za następstwa mogące wystąpić po tym czasie.

Z uwagi, że celem biegu jest propagowanie zdrowego trybu życia, z jednakowym szacunkiem i sportowym aplauzem witamy na mecie bijących rekord trasy, jak i osoby zamykające stawkę.

Uczestnicy, którzy ukończą bieg zostaną zweryfikowani przy pomocy elektronicznego pomiaru czasu wykonanego przez zewnętrzną firmę.

## VIII. Zasady uczestnictwa i zgłoszenia

Młodzież od 16 do 18 roku życia winna przedstawić pisemną zgodę rodziców na udział w biegu. Osoby pełnoletnie które ukończyły do dnia 15.06.2019r. 18 rok życia podpisują własnoręcznie oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność i braku przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału w imprezie biegowej. (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095),

Zgłoszenia dokonuje się drogą elektroniczną do dnia 08.06.2019r. zgodnie z formularzem zgłoszeniowym umieszczonym na stronie internetowej <https://sklep025441.shoparena.pl/pl/p/I-tuLISzkowska-Dycha/65> .

Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, która dokonała opłaty startowej. Każdy uczestnik jest zobowiązany do wniesienia opłaty startowej w ciągu 3 dni od momentu dokonania zgłoszenia biegu. W przeciwnym wypadku jego zgłoszenie zostanie anulowane. **Oplata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Po 08.06.2019r. ze względów organizacyjnych zapisy będą przyjmowane tylko w biurze zawodów.**

Wydawanie numerów startowych w biurze zawodów w dniu imprezy od 8.30 do 10.30. Numer startowy musi być przypięty z przodu na piersiach – na odzieży wierzchniej. Niedopełnienie tego obowiązku może skutkować dyskwalifikacją.

Każdy zawodnik rejestrując się wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym. Zgoda dotyczy wykorzystania danych teleadresowych do ewentualnej korespondencji z zawodnikiem w sprawach dotyczących biegu oraz wykonywania jego wizerunku widniejącego na fotografiach. **Zawodnik podczas rejestracji musi posiadać dowód tożsamości ze zdjęciem.**

Organizator przewiduje łączny limit do 150 miejsc.

**Zgłoszenia oraz wpisowe dokonuje się drogą elektroniczną poprzez stronę:**

<https://sklep025441.shoparena.pl/pl/p/I-tuLISzkowska-Dycha/65>

## **IX. Wpisowe**

Wpisowe opłacone przelewem lub on-line przez System DotPay na konto firmy obsługującej pomiar czasu i zapisy:

YO&GO Events

62-400 Wierzbno 72

email. biuro@yogoevents.pl

tel. 533633953, 534081001

Konto do opłat rejestracyjnych:

YO&GO Events Małgorzata Lewandowska

62-400 Wierzbno 72

Credit Agricole

11194010764926374800000000

W tytule proszę podać nazwę biegu oraz imię i nazwisko zawodnika

-do 08.06.2019r. 30 zł

- w dniu biegu 50 zł

Decyduje data wpływu na konto organizatora

## **X Klasyfikacja Bieg Główny i Nordic Walking**

- 1. Generalna Open: - mężczyzn I-III  
- kobiet I-III**

### **2. wg. kategorii wiekowej**

Kategorie Wiekowe		
Kobiety	Mężczyźni	Rocznik przypisany do kat.
16-18	16-18	2001-2003
19-29	19-29	2004-1990
30-49	30-49	1989-1970
50-59	50-59	1969-1960
60 i więcej	60 i więcej	1959-

Kategorie wiekowe mogą ulec zmianie w zależności od ilości osób zgłoszonych do biegu.

## **XII. Nagrody Bieg Główny i Nordic Walking**

W kategorii generalnej mężczyzn i kobiet za zajęcie miejsca 1-3 zawodnicy otrzymają puchary.

Kategorie open i kategorie wiekowe nie dublują się.

**Przynależność do kat. wiekowej ustalana jest na podstawie rocznika urodzenia !**

## **XII. Świadczenia**

Każdy zawodnik otrzymuje koszulkę (rozmiar podajemy w zgłoszeniu), pamiątkowy medal, numer startowy, wodę na trasie oraz napoje i posiłek regeneracyjny na mecie biegu.

Jakiegokolwiek dodatkowe świadczenia przyznane w związku z udziałem w biegu są uzależnione od pozyskania sponsorów i decyzji organizatorów. Żadne z nich nie mogą być przedmiotem sporu.

## **XIII. Szczególne zasady bezpieczeństwa**

**Ze względu na dystans, profil trasy, możliwe wystające korzenie oraz panujące temperatury, zabroniony jest start zawodników, którzy są chorzy, przeziębieni, przemęczeni, spożywali alkohol, środki chemiczne wpływające na zdolności psychiczne, jakiegokolwiek leki bez wiedzy lekarza lub nie posiadają dostarczającej wiedzy odnośnie swojego stanu zdrowia i formy sportowej. W przypadku jakiegokolwiek dolegliwości w czasie biegu zawodnicy powinni natychmiast przerwać bieg, poprosić wolontariuszy lub najbliższe osoby o wezwanie pomocy lub osobiście udać się do punktu pomocy medycznej na mecie.**

**Organizator nie zapewnia ochrony ubezpieczeniowej i zaleca wykupienie jej we własnym zakresie.**

## **XIV. Postanowienia końcowe**

Bieg odbędzie się bez względu na pogodę. Organizatorzy nie będą odpowiedzialni za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia ani za szkody wyrządzone przez osoby trzecie. Uczestników obowiązuje strój sportowy.

Za niesportowe zachowanie niegodne zawodnika, skracanie trasy, łamanie postanowień regulaminu, składanie fałszywych oświadczeń itp. organizator może odmówić zawodnikowi udziału w biegu.

Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany i ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu.. Organizator nie przewiduje odwołania zawodów bez podania przyczyny.

Wszelkie sprawy nieokreślone niniejszym regulaminem rozstrzygane są w porozumieniu z organizatorem w duchu uczciwej, sportowej rywalizacji na ogólnie przyjętych zasadach obowiązujących w podobnych zawodach sportowych.

Wszelkich dodatkowych informacji udzielamy pocztą elektroniczną: [waldekdzi58@gmail.com](mailto:waldekdzi58@gmail.com)

Tel: Michał Gaj 782 560 182

Tel: Waldemar Dzięgielewski 607 573 721

Tel: Jakub Szymczak 789 389 403

Zapytania dot. rejestracji : [biuro@yogoevents.pl](mailto:biuro@yogoevents.pl)

tel. 533633953