



REGULAMIN IV KROSTOSZOWICKI BIEG NOCNY 2019

1. CEL:

- Popularyzacja biegów oraz nordic walking jako form zdrowego i aktywnego stylu życia.
- Promocja Krostoszowic oraz Gminy Godów
- Integracja osób biegających z zawodnikami nordic walking.

2. ORGANIZATORZY:

- Klub Sportowy Forma Wodzisław Śląski
- Gmina Godów
- Inter Krostoszowice

3. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- 30.08.2019 r. – Krostoszowice Boisko Interu – Orlik.

4. PROGRAM IMPREZY:

- Biuro zawodów czynne od 19.30 do 20.30
- Godzina 21.00 start do biegu i marszu nordic walking.
- Bieg odbędzie się na dystansie 5 i 10 km, marsz nordic walking odbędzie się na dystansie 5 km.
- 30 minut po przybyciu ostatniego zawodnika odbędzie się dekoracja zwycięzców i losowanie nagród.

5. KLASYFIKACJA:

- Kategorie wiekowe w biegu na 10 km (nagradzane miejsca od 1 do 3)
 - K-20 (14 – 29 lat), K-30 (30 - 39 lat), K-40 (40 – 49 lat), K-50 (50 lat i więcej)
 - M-20 (14 – 29 lat), M-30 (30 - 39 lat), M-40 (40 - 49 lat), M-50 (50 - 59 lat), M-60 (60 lat i więcej).
- Kategorie w biegu na 5 km (nagradzane miejsca od 1 do 3)
 - open kobiety i mężczyźni
- Kategorie wiekowe w nordic walking (nagradzane miejsca od 1 do 3)
 - K-1 (14 – 39 lat), K-2 (40 lat i więcej),
 - M-1 (14 – 39 lat), M-2 (40 lat i więcej).
- Mieszkańcy Gminy Godów w biegu na 10 km (nagradzane miejsca od 1 do 3)
 - open kobiety i mężczyźni

6. NAGRODY:

- Miejsca 1 - 3 w każdej kategorii otrzymają puchar/statuetkę/dyplom oraz nagrodę rzeczową.
- Wszyscy zawodnicy otrzymają medal oraz posiłek regeneracyjny.

7. UCZESTNICTWO:

- W biegu młodzieży zgoda pisemna rodziców lub opiekuna prawnego.
- Osoba pełnoletnia podpisuje oświadczenie startowe.
- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Organizator nie ubezpiecza uczestników imprezy.
- Wszyscy uczestnicy zawodów biorą udział na własne ryzyko a organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki lub zdarzenia losowe zaistniałe podczas

- zawodów.
- Trasa zawodów umiejscowiona jest w lesie. W przypadku opadów deszczu podłoże stanie się mokre i śliskie. Zalecamy obuwie do biegów crossowych. Szczególną ostrożność należy zachować na zbiegach. Na trasie znajdują się korzenie i kamienie. Na 5 kilometrze umiejscowiony jest stromy zbieg wzdłuż autostrady. Znajdują się tam liczne kamienie, konary oraz wystające korzenie. Zalecamy szczególną ostrożność.
- Pobranie numeru startowego jest jednocześnie akceptacją powyższych warunków uczestnictwa. W trakcie zawodów zawodnicy obowiązkowo muszą być oznakowani numerami startowymi.
- Opłata startowa uiszczona przelewem do 20.08.2019 r. wynosi 35 złotych. Opłata startowa uiszczona przelewem w terminie 21.08.2019 – 28.08.2019 r. wynosi 40 złotych. Opłata startowa uiszczona w biurze zawodów wynosi 50 złotych.
- **Za zgłoszenie uważa się podanie danych uczestnika oraz dokonanie opłaty startowej na konto organizatora.**
- W zawodach może wziąć udział tylko 150 zgłoszonych uczestników. Po osiągnięciu limitu lista startowa zostanie zamknięta.
- Zapisy:
- poprzez portal www.datasport.pl
- uiszczając opłatę startową przelewem z podaniem imienia i nazwiska oraz tytułu wpłaty,
- mailem podając dane adresowe i kategorię: sklep@monsun.com.pl,
- w siedzibie KS Forma os 1 Maja 27 Wodzisław Śląski,
- w sklepie Monsun SPORT ul. Mendego 28 Wodzisław Śląski,
- Opłatę startową należy wpłacać na konto:
-
- **BANK BGŻ S.A.**
- **ul. Kubsza Wodzisław Śląski**
- **Klub Sportowy Forma Wodzisław Śląski 79 2030 0045 1110 0000 0255 0850**
- Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość wcześniejszego zamknięcia listy startowej.

8. **INFORMACJE DODATKOWE:** tel. 600 801 314

Zawody sportowe organizowane w ramach realizacji zadania publicznego z zakresu upowszechniania kultury fizycznej w Gminie Godów w roku 2019 współfinansowanego ze środków budżetu Gminy Godów.

