

**REGULAMIN**  
**XIII Biegu o Puchar Szymbarskiego Kasztelu**  
**Szymbark – 14 września 2019 r.**

1. Organizatorzy:

UKS „Gryf” Szymbark, Szkoła Podstawowa im. św. Jana Pawła II w Szymbarku, Gmina Gorlice.

2. Termin i miejsce:

**14 września 2019 (sobota) o godz. 11<sup>00</sup>.**

**Start i meta: Przystanek Szymbark.**

**Biuro zawodów, szatnie i prysznice – budynek sali gimnastycznej Szkoły Podstawowej w Szymbarku.**

3. Cel imprezy rekreacyjno – sportowej:

- popularyzacja aktywności jaką jest jako aktywność ruchowa dla wszystkich, szczególnie całych rodzin,
- zintegrowanie osób w różnym wieku z różnych grup wiekowych i środowiskowych,
- promocja Gminy Gorlice i jej walorów krajoznawczych,
- promocja zdrowego trybu życia,
- ruch na powietrzu jako zapobieganie chorobom cywilizacyjnym.

4. Warunki uczestnictwa:

- W zawodach mogą brać udział wszyscy chętni zgodnie z określonymi kategoriami wiekowymi.
- Warunkiem uczestnictwa w zawodach są pisemne oświadczenia zawodnika pełnoletniego: o akceptacji regulaminu zawodów, o stanie zdrowia umożliwiającym udział w zawodach sportowych oraz zgoda na wykorzystanie danych osobowych i wizerunku na potrzeby organizacji imprezy sportowej. Przekazanie danych osobowych Uczestników jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w Wydarzeniu. Uczestnikowi przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych oraz do ich poprawiania. Administratorem danych osobowych jest Dyrektor Szkoły Podstawowej im. św. Jana Pawła II w Szymbarku (38-311 Szymbark 464) oraz firma Kępa Sport
- W przypadku zawodników niepełnoletnich niezbędna jest także pisemna zgoda rodzica/prawnego opiekuna, na udział podopiecznego w zawodach (druki do odebrania u organizatora).
- Organizator ustala limit uczestników
  - dystans 5 km: 60 uczestników
  - dystans 10 km: 100 uczestników. W przypadku wyczerpania się limitu uczestników rejestracja zostanie zamknięta. W razie osiągnięcia limitu uczestników na poszczególnych trasach organizator zastrzega sobie prawo do zmiany liczby uczestników w poszczególnych biegach.

5. Zgłoszenia:

Zapisy online **tylko** poprzez stronę internetową: [kepasport.pl/wydarzenia](http://kepasport.pl/wydarzenia) do dnia **11.09.2019 r. (środa)**. Po tym terminie zgłoszenia tylko w biurze organizacyjnym w dniu zawodów 14.09.2019 r.

6. Zasady przeprowadzania zawodów na dystansie 10 km, 5 km oraz nordic walking:

- Pomiar czasu będzie dokonywany systemem elektronicznym z wykorzystaniem czipów (zwrotnych) mocowanych do obuwia.
- Ustalenie kolejności uczestników na mecie odbywać się będzie na podstawie osiągniętych czasów.
- Podczas imprezy wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte do przedniej części ubioru. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości jest zabronione. Osoby bez widocznego numeru mogą zostać wykluczone z klasyfikacji generalnej.
- Zabrania się wnoszenia na trasę biegów przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych uczestników. Na miejsce imprezy zabrania się wnoszenia środków odurzających, dopingowych, nielegalnych substancji oraz napojów alkoholowych.
- Każdy uczestnik zobowiązany jest posiadać strój sportowy stosowny do warunków pogodowych.
- Niezastosowanie się do postanowień niniejszego Regulaminu, w szczególności skracanie trasy będzie skutkowało dyskwalifikacją zawodnika.
- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

7. Opłata startowa:

- **Bieg na 10 km:**
  - **15 złotych** (do dnia 31.08.2019 r.)
  - **25 złotych** (do dnia 11.09.2019 r.)
  - **Przelewy on-line TPAY.com dostępne na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) bezpośrednio po zapisaniu się lub na liście startowej (przycisk ZAPŁAĆ w kolumnie Opłacone).**
- **Bieg na 5 km i nordic walking:**
  - **10 złotych** (do dnia 31.08.2018 r.)
  - **15 złotych** (do dnia 11.09.2018 r.)
  - **Przelewy on-line TPAY.com dostępne na stronie [www.kepasport.pl](http://www.kepasport.pl) bezpośrednio po zapisaniu się lub na liście startowej (przycisk ZAPŁAĆ w kolumnie Opłacone).**
- Opłaty za udział w imprezie na wszystkich dystansach **w dniu zawodów** (wpłata gotówkowa w biurze zawodów) wynoszą **40 złotych (10 km) i 30 złotych (5 km i NW)**.
- W przypadku opłaty startowej uiszczonej przelewem, osoba która nie zostanie oznaczona jako opłacona na liście startowej, zobligowana jest podczas weryfikacji w biurze zawodów do okazania dowodu wpłaty w formie wydruku.
- W przypadku rezygnacji z uczestnictwa opłata startowa nie podlega zwrotowi.
- W biegach towarzyszących, **dla dzieci i młodzieży** (200m, 300m, 600m, oraz 1200m) **nie pobieramy opłaty startowej.**
- W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegów otrzyma na trasie biegu wodę, zabezpieczenie trasy, pomoc medyczną, a na mecie medal za uczestnictwo oraz posiłek regeneracyjny i napoje.

8. Program zawodów:

9<sup>00</sup> – 11<sup>00</sup> – przyjmowanie zgłoszeń oraz weryfikacja zawodników w Biurze Zawodów (**przyjmowanie zgłoszeń do biegu na 5 km, 10 km oraz nordic walking do godz. 12<sup>00</sup>**)

11<sup>00</sup> – otwarcie imprezy

11<sup>15</sup> – bieg najmłodszych (rocznik 2012 i młodsi) dystans 200m

11<sup>30</sup> – bieg dzieci młodszych (roczniki 2010 – 2011) dystans 300 m

11<sup>45</sup> – bieg dzieci starszych (roczniki 2007 – 2009) dystans 600 m

12<sup>00</sup> – bieg młodzieży (roczniki 2005 – 2006) dystans 1200 m

12<sup>20</sup> – bieg na dystansie 5 km K i M (roczniki 2004 i starsi) oraz nordic walking K i M na dystansie 2500 m

**13<sup>00</sup> – bieg główny kobiet i mężczyzn na dystansie 10 km (rocznik 2001 i starsi)**

ok. 15<sup>00</sup> – dekoracja zwycięzców

ok. 15<sup>30</sup> – zakończenie imprezy

#### 9. Kategorie w biegu głównym na 10 km kobiet i mężczyzn

Klasyfikacja generalna K i M

K1 – do 25 r. życia (rocznik 1995 i młodsze)

K2 – do 35 r. życia (roczniki 1994 - 1984)

K3 – od 45 r. życia (rocznik 1983 i starsze)

M1 – do 39 r. życia (rocznik 1980 i młodszy)

M2 – do 55 r. życia (roczniki 1964 - 1979)

M3 – od 56 r. życia (rocznik 1963 i starsi)

**UWAGA! W przypadku małej liczby uczestników organizatorzy dopuszczają możliwość łączenia kategorii. Wyróżnienia i ewentualne nagrody rzeczowe w klasyfikacji generalnej nie dublują się z kategoriami wiekowymi.**

**W biegu na 5 km oraz konkurencji nordic walking przewidziana jest tylko klasyfikacja ogólna kobiet i mężczyzn.**

#### 10. Nagrody:

- za miejsca I – puchar, medal, dyplom, upominki rzeczowe,
- za miejsca II – III w biegach 200 m – 10 km – medal oraz dyplom, upominki rzeczowe,
- wszyscy, którzy ukończą biegi otrzymają pamiątkowy medal.

#### 11. Trasy:

Trasy biegów oznakowane o nawierzchni asfaltowej (częściowo szutrowej), o profilu pofałdowanym z punktami odświeżana (z wodą) wytyczone w terenie atrakcyjnym widokowo (przyroda i zabytki). Bieg na 5 km – 2 pętle o dł. ok. 2,5 km, bieg na 10 km – 2 pętle o dł. ok. 5 km.

#### 12. Bezpieczeństwo:

- Organizator zwraca uwagę uczestników zawodów na zagrożenia wynikające z uczestnictwa w imprezie sportowej, związane z dużym wysiłkiem fizycznym.
- Organizator zaleca przed startem dokonanie stosownych badań medycznych lub konsultacji lekarskiej, w celu stwierdzenia braku przeciwwskazań do startu w zawodach sportowych, a akceptując niniejszy Regulamin, uczestnik oświadcza, że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w imprezie sportowej.
- Uprasza się uczestników o dokonanie ubezpieczenia NNW we własnym zakresie.
- Uczestnicy zobowiązani są do zachowania zasad bezpieczeństwa podczas biegu oraz przestrzegania ustaleń służb porządkowych zabezpieczających trasę.
- 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.
- Organizator zastrzega sobie prawo do ewentualnej zmiany niniejszego Regulaminu, o czym zostaną poinformowani uczestnicy zawodów.

**ORGANIZATORZY**

*Zbigniew Dudek – Prezes Uczniowskiego Klubu Sportowego „Gryf” w Szymbarku  
Marek Dziedziak – Dyrektor Szkoły Podstawowej im. św. Jana Pawła II w Szymbarku*