

REGULAMIN
XI MARATON WODZISŁAWSKI „JA I MARATON „IM. ZBIGNIEWA MARSZAŁKOWSKIEGO
20.10.2019 R

1. CEL:

- Popularyzacja biegów masowych oraz nordic walking jako jednej z form zdrowego i aktywnego stylu życia.
- Promocja Miasta Wodzisław Śląski.
- Upamiętnienie założyciela oraz pierwszego Prezesa KS Forma Wodzisław Śląski Ś.P. Zbigniewa Marszałkowskiego.

2. ORGANIZATORZY:

- Klub Sportowy „FORMA” Wodzisław Śląski
- Miasto Wodzisław Śląski
- Klub Sportowy „WICHER „ Wilchwy

3. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW:

- 20.10.2019 r (niedziela) – Wodzisław Śląski – Blazy ul. Jastrzębska boisko Wicher Wilchwy.

4. PROGRAM IMPREZY:

- Biuro zawodów czynne od 8.00 do 9.30
- Godzina 8.30 start do Maratonu, 10.00 start do Półmaratonu, 7 km i marszu nordic walking.
- Pół godziny po przybyciu ostatniego zawodnika nastąpi dekoracja zwycięzców i quiz z nagrodami.
- Bieg odbędzie się na wymagającej trasie crossowej na dystansach: 7 km, półmaratonu, maratonu, chód z kijkami odbędzie się na dystansie 14 km.
- Zawody odbędą się na pętłach. Po zaliczeniu minimum 1 pętli zawodnik zostaje sklasyfikowany i otrzymuje pakiet startowy.
- Limit czasu dla zawodników biegnących maraton: 5 godzin

5. KLASYFIKACJA:

Maraton

K-1 (do 39 lat), K-2 (40 lat i więcej).
M-1 (do 39 lat), M-2 (40 lat i więcej).

Nordic Walking

K-1 (do 39 lat), K-2 (40 lat i więcej).
M-1 (do 39 lat), M-2 (40 lat i więcej).

Półmaraton

K-1 (do 39 lat), K-2 (40 lat i więcej).
M-1 (do 39 lat), M-2 (40 lat i więcej).

Minimaraton (7 km)

- Bieg open: nagradzamy 3 pierwszych mężczyzn i 3 pierwsze kobiety

6. NAGRODY:

- Puchar + nagroda rzeczowa w kategoriach bieg i nordic walking na podanych dystansach.
- Wszyscy zawodnicy otrzymają odlewany pamiątkowy medal, posiłek oraz biorą udział w quizie z nagrodami.

7. OPIS TRASY

Zawody rozegrane zostaną w terenie crossowym. Trasa usiana jest podbiegami oraz zbiegami. Nawierzchnia mieszana: szuter, ziemia, asfalt, trawa. W przypadku opadów deszczu trasa staje się podmokła. Wymagane obuwie z bieżnikiem do biegania w terenie gdyż w wielu miejscach istnieje ryzyko poślizgu. Na trasie w kilku miejscach występuje podłoże gliniaste, stałe grząskie i śliskie. Na tych odcinkach zalecamy szczególną ostrożność, należy zwolnić. Zawodnikom nie wytrenowanym z mniejszym stażem biegowym nie zalecamy biegania dystansu całego maratonu.

8. UCZESTNICTWO:

- W biegu i nordic walking 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.
- Pobranie numeru startowego jest jednocześnie akceptacją powyższych warunków uczestnictwa. W trakcie zawodów zawodnicy obowiązkowo muszą być oznakowani numerami startowymi. Numer startowy powinien być przypięty do koszulki z przodu.
- Opłata startowa uiszczona przelewem **przez pierwsze 80 osób** wynosi **35 złotych**. Opłata startowa uiszczona przelewem przez kolejne osoby wynosi **50 złotych**. W dniu zawodów opłata startowa uiszczana w biurze zawodów wynosi **60 zł**.
- Za zgłoszenie uważa się dokonanie opłaty startowej na konto organizatora.
- W zawodach może wziąć udział tylko 100 zgłoszonych i opłaconych uczestników. Po osiągnięciu limitu lista startowa zostanie zamknięta.
- Opłata startowa nie podlega zwrotowi.

- Zapisy na: www.datasport.pl

- Opłaty:
- przelewem z podaniem imienia i nazwiska i tytułu wpłaty na konto:

BANK BGŻ S.A. ul. Kubsza Wodzisław Śląski
Klub Sportowy Forma Wodzisław Śląski
79 2030 0045 1110 0000 0255 0850

- w siedzibie KS Forma os 1 Maja 27 Wodzisław Śląski,
- w sklepie Monsun SPORT ul. Mendego 28 Wodzisław Śląski
- Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość wcześniejszego zamknięcia listy startowej.

9. INFORMACJE DODATKOWE: tel. 600 801 314 lub e-mail biuro@monsun.com.pl

Zawody sportowe organizowane w ramach realizacji zadania publicznego z zakresu upowszechniania kultury fizycznej w Wodzisławiu Śląskim w roku 2019 współfinansowanego ze środków budżetu Miasta Wodzisław Śląski.