

## **REGULAMIN WYDARZENIA**

### **PN. „BIEGI NAD ZALEWEM W PAKOSŁAWIU”**

**I. ORGANIZATOREM** wydarzenia pn. „Biegi nad zalewem w Pakosławiu” jest Ośrodek Kultury i Rekreacji w Pakosławiu.

Wydarzenie współfinansowane jest przez Operatora Gazociągów Przesyłowych GAZ-SYSTEM S.A. z Warszawy.

#### **II. CEL:**

- propagowanie biegania jako najprostszej formy ruchu, czynnego wypoczynku oraz formy doskonalenia fizycznego i poprawy stanu zdrowia,
- integracja mieszkańców, biegaczy zawodowych i amatorów,
- popularyzacja biegania osób w różnym wieku,
- zachęcenie mieszkańców do aktywności ruchowej,
- promocja Gminy Pakosław.

#### **III. TERMIN I MIEJSCE:**

- biegi odbędą się 24 września 2017 r. nad zalewem w Pakosławiu, o godzinie 14:00,
- miejsce zbiórki – plac przed „BISTRO NAD ZALEWEM” ,
- rejestracji zawodników od 13:30 do 15 minut przed startem danej grupy wiekowej,
- trasa biegu - kostka betonowa bezfazowa.

#### **IV. UCZESTNICTWO:**

- zawody mają charakter otwarty i mogą uczestniczyć w nich wszyscy zainteresowani, w następujących kategoriach wiekowych:

14<sup>05</sup> – dzieci w wieku przedszkolnym (grupa męska i żeńska) – dystans: 150 m,

14<sup>15</sup> – uczniowie klas 1 – 2 szkoły podstawowej (grupa męska i żeńska) – dystans: 300 m,

14<sup>30</sup> – uczniowie klas 3 – 4 szkoły podstawowej (grupa męska i żeńska) – dystans: 500 m,

15<sup>00</sup> – uczniowie klas 5 – 7 szkoły podstawowej (grupa męska i żeńska) – dystans: 1000 m,

15<sup>30</sup> – uczniowie gimnazjum oraz młodzież do ukończenia 18 roku życia (grupa męska i żeńska) – dystans: jedno okrążenie, tj. ok. 2500 m,

16<sup>00</sup> – bieg par damsko- męskich – dystans: jedno okrążenie, tj. ok. 2500 m,

16<sup>30</sup> – BIEG OPEN dorośli (grupa męska i żeńska) – dystans: ćwierć maraton, tj. ok. 10600 m (4 okrążenia wokół zalewu)

- każdy zawodnik startuje na własną odpowiedzialność.

- osoby poniżej 18 lat muszą posiadać badanie lekarskie lub zgodę rodziców na udział w zawodach.



## ***V. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA IMPREZY , OCENA WYNIKÓW:***

- udział w biegu jest czysto rekreacyjny i ma służyć popularyzacji biegania jako najprostszej formy ruchu oraz doskonalenia fizycznego i poprawy stanu zdrowia,
  - laureatem biegu (w każdej grupie wiekowej ) zostanie ten uczestnik, który w najkrótszym czasie pokona wyznaczoną trasę,
  - w biegu par – w połowie dystansu następuje zmiana zawodników poprzez podanie pałeczki, tzn. każdy z zawodników pokonuje dystans ok. 1250 m, uczestnikami biegu mogą być pary damsko – męskie, uczniowie gimnazjum, młodzież do 18 roku życia oraz osoby dorosłe.
  - zdobywcy miejsc I-III w kategorii kobiet i mężczyzn otrzymają puchary oraz dyplomy.
- Podsumowanie i wręczanie pucharów będzie odbywało się po zakończeniu biegu w każdej kategorii wiekowej, natomiast ogłoszenie wszystkich wyników oraz pamiątkowe zdjęcie odbędzie się na końcu imprezy.

## ***VI. TERMIN I FORMA ZGŁOSZEŃ:***

- zgłoszenia przyjmowane będą do dnia 22 września 2017 r. w dni powszednie codziennie w godz.: 7:00 – 15:00 w biurze Ośrodka Kultury i Rekreacji w Pakosławiu, ul. Kolejowa 4 ; 63-920 Pakosław oraz w dniu biegu tj. 24 września 2017 r. od godz. 13:30 do 15 minut przed wystartowaniem danej grupy wiekowej.

## ***VII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:***

- uczestnicy podpisują oświadczenia, że startują na własną odpowiedzialność i nie będą rościć żadnych pretensji w stosunku do organizatora z tytułu udziału w biegu,
- uczestnicy biegu mają obowiązek stosowania się do poleceń służb porządkowych organizatora oraz osób zabezpieczających trasę biegu,
- organizator zapewnia:
  - opiekę medyczną,
  - numer startowy,
  - puchary dla zwycięzców miejsc I-III,
  - posiłek regeneracyjny dla zawodników.
- przy punkcie rejestracji będzie znajdował się punkt odświeżania w kolejności: pojemnik z gąbkami, woda do gąbek , woda mineralna,
- bieg jest ubezpieczony na zasadach ogólnych; ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się z udziałem uczestnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika,
- organizator zastrzega sobie prawo do ewentualnych zmian w niniejszym regulaminie oraz prawo interpretacji i decydowania we wszystkich sprawach nie objętych niniejszym regulaminem,
- organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu lub jego przerwania bez podania powodów,
- interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora biegu.

