

„ IX Bieg i Marsz Trzeźwości”

STARA ŁUBIANKA, 07 PAŹDZIERNIKA 2023

R E G U L A M I N

1. CELE

- Popularyzacja aktywności fizycznej oraz zdrowego trybu życia, przybliżanie walorów krajoznawczych okolic Starej Łubianki oraz promocja gminy Szydłowo,
- Wsparcie charytatywne na rehabilitację dla wybranego dziecka z terenu gminy Szydłowo.

2. PATRONAT

- Starosta Powiatu Pilskiego,
- Wójt Gminy Szydłowo.

3. ORGANIZATORZY

- Urząd Gminy Szydłowo,
- Stowarzyszenie Biegaczy Gminy Szydłowo,
- Zespół Szkół im. Wł. St. Reymonta w Starej Łubiance,
- OSP Stara Łubianka.

3A.SPONSOR STRATEGICZNY

- Centrum Nieruchomości Gajewska.

4. TERMIN I MIEJSCE

07 października 2023 roku (sobota), start do biegu głównego o godz. 11:00 przy Zespole Szkół - ul. Polna 8 w Starej Łubiance.

5. TRASA

Długość trasy: ok. 7 km. Trasa ze zróżnicowaną nawierzchnią poprowadzona tylko drogami polnymi i leśnymi.

6. UCZESTNICTWO

W biegu udział wziąć może osoba, która w dniu biegu ma ukończone 16 lat. Obowiązywać będzie złożenie podpisanego oświadczenia o zdolności do biegu.

Wszystkim zawodnikom startującym w biegu zostaną wydane numery startowe w biurze zawodów, w dniu zawodów od godz. 9:00 do 10:30 w Zespole Szkół - ul. Polna 8 w Starej Łubiance.

7. ZGŁOSZENIA DO BIEGU I OPŁATY

- Bieg główny - zapisy poprzez formularz na stronie internetowej:
www.biegnijmy.pl/zapisy
Obowiązuje limit uczestników; 250 osób (łącznie biegaczy i kijkarzy)

Opłata za udział w biegu głównym wynosi:

50 zł (w terminie do 21.09.2023)

Zwolnieni z opłaty są zawodnicy, którzy ukończyli 80 lat.

Dane do płatności:

Stowarzyszenie Biegaczy Gminy Szydłowo, Szydłowo 86, 64-930 Szydłowo

Konto: 78 2490 0005 0000 4500 2435 3734

Tytuł: IX Bieg i Marsz Trzeźwości Stara Łubianka– imię i nazwisko osoby (osób), za które dokonywana jest wpłata 10zł z kwoty wpisowego zostanie przekazane na wspomniany cel charytatywny.

Zapisy w dniu biegu również będą możliwe. Wpisowe **60 zł** płatne gotówką w biurze zawodów w Zespole Szkół - ul. Polna 8 w Starej Łubiance. w godz. 9:00 do 10:30.

8. NUMERY STARTOWE I POMIAR CZASU

Każdy uczestnik biegu i marszu bezwzględnie ma obowiązek umieścić numer startowy z przodu koszulki tak, by był on dobrze widoczny. Pomiar czasu (wg czasu brutto) będzie prowadzony przy użyciu technologii radiowej z użyciem chipów pasywnych mocowanych przy bucie. Umieszczenie numeru startowego z przodu koszulki startowej oraz chipa przy bucie jest podstawowym warunkiem sklasyfikowania. Organizator przestrzega, iż zawodnik, który nie dotrzyma tego warunku regulaminu nie będzie sklasyfikowany.

Uczestnicy Marszu Nordic Walking obowiązkowo idą z kijkami.

9. KLASYFIKACJE - BIEG

Generalna kobiet i mężczyzn oraz w kategoriach wiekowych

M16 i K16 16-19 lat (2007-2004)

M20 i K20 20-29 lat (2003-94)

M30 i K30 30-39 lat (1993-84)

M40 i K40 40-49 lat (1983-74)

M50 i K50 50-59 lat (1973-64)

M60 i K60 60-69 lat (1963-54)

M70 i K70 70-79 lat (1953-44)

M80 i K80 80lat i więcej

**Klasyfikacja K i M - mieszkańców gminy Szydłowo i Członków Stowarzyszenia
Biegaczy Gminy Szydłowo**

Klasyfikacja K i M - mieszkańców powiatu pilskiego

Klasyfikacja pary małżeńskie

Klasyfikacja K i M Nordic Walking

10. NAGRODY

Uroczyste zakończenie oraz wręczenie nagród odbędzie się na terenie przy Zespole Szkół w Starej Łubiance (ul. Polna 8).

W ramach opłaty, pierwszych 100 uczestnik otrzymuje **koszulkę techniczną (dla opłaconych do 21.09.2023r)**.

Uczestnicy, którzy ukończą bieg i marsz otrzymają pamiątkowy medal.

Trzy pierwsze osoby w kategoriach generalnych kobiet i mężczyzn oraz po cztery w klasyfikacji mieszkańców gminy Szydłowo, po trzy w kat. wiekowych, po trzy w kat. pary małżeńskie, a także w kategorii kobiet i mężczyzn - mieszkańców powiatu pilskiego - otrzymają pamiątkowe trofea.

Trofea otrzymają także trzy pierwsze osoby w Marszu Nordic Walking w kategoriach kobiet

i mężczyźni.

Nagrody się nie dublują. Zawodnicy nagrodzeni w kat. OPEN , nie będą dekorowani w kategoriach wiekowych.

Na mecie będą czekać na wszystkich zawodników napoje i posiłek regeneracyjny.

11. WSPARCIE CHARYTATYWNE

Zgodnie z regulaminami wszystkich ubiegłorocznych imprez biegowych organizowanych przez Stowarzyszenie Biegaczy Gminy Szydłowo każde 10 zł z wpisowego wpłacanego na konto przez zawodnika przekazywane jest na cel charytatywny - wsparcie poprzez fundację dla konkretnego dziecka z terenu naszej gminy.

12. W BIURZE ZAWODÓW, JAK I PRZESTRZENIACH PUBLICZNYCH NALEŻY BEZWZGLĘDNI PRZESTRZEGAĆ OBOWIĄZUJĄCYCH W DNIU ZAWODÓW OBOSTRZEŃ ZWIĄZANYCH Z SYTUACJĄ EPIDEMICZNĄ.

- uczestnicy zawodów są zobowiązani do stosowania się do obowiązujących norm sanitarnych, szczególnie dotyczących zasad etykiety oddechowej, praktyk w zakresie higieny rąk, dystansu fizycznego;
- każdy uczestnik zawodów (sportowiec, wolontariusz, osoba obsługująca), które czują się chore nie powinny uczestniczyć w zawodach.

13. POZOSTAŁE USTALENIA

- bieg odbędzie się bez względu na pogodę;
- organizatorzy zapewniają opiekę medyczną;
- organizatorzy zastrzegają sobie prawo zmian w Regulaminie;
- po zakończeniu dekoracji będzie możliwość powrotu autobusem do Skrzatusza;
- zawody odbędą się w zależności od obowiązujących w danym dniu przepisów epidemiologicznych związanych z COVID-19. W sytuacji, gdy wytyczne epidemiologiczne uniemożliwią organizację zawodów środki przekazane na rzecz wpisowego zostaną zwrócone uczestnikom w terminie 14 dni;
- organizator nie zapewnia uczestnikom biegu ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub jakichkolwiek strat jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i / lub uczestnictwem w biegu. Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników;
- organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki;
- uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w Biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci).
- wszyscy uczestnicy biegu zobowiązani są do bezwzględnego zastosowania się do wskazań i poleceń Policji, służb porządkowych organizatora biegu oraz służby kierujące ruchem drogowym;

Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie:

- brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegu (potwierdzony zaświadczeniem lekarskim lub złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu i udziale w nim na własną odpowiedzialność,

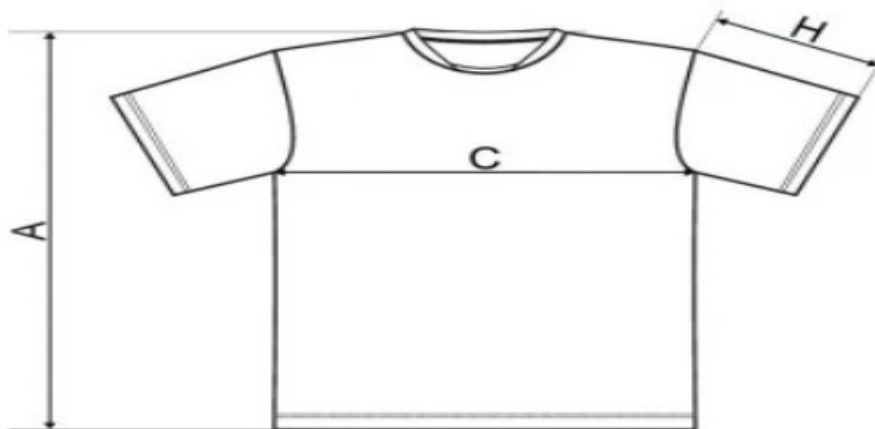
- wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym, użycia zdjęć i materiałów video na wszystkich polach promocyjnych (www, media, plakaty itp.).

KOSZULKA MĘSKA

SIZE SPECIFICATION [cm]

size	S	M	L	XL	2XL	3XL
A	70	72	74	76	78	78
C	45	49	53	57	61	67
H	19	20	21	22	23	24

All size specifications listed are in cm. Accepted tolerance of up to $\pm 5\%$.



KOSZULKA DAMSKA

SIZE SPECIFICATION [cm]

size	XS	S	M	L	XL	2XL
A	60	62	64	66,5	69	72
C	39	43	47	51	54	58
H	13	14	15	16	17	18

All size specifications listed are in cm. Accepted tolerance of up to $\pm 5\%$.

