

REGULAMIN BIEGU

Dwumaraton Pamięci Wojtka Pismenko

II. Cykliczny, Nieregularny Maraton Koleżeński w Świdwinie „Miś Mikołajkowy”

III. Cykliczny, Nieregularny Maraton Koleżeński w Świdwinie „Miś Gwiazdkowy”

I. CEL IMPREZY:

- ❖ Wspomnienie wybitnego świdwińskiego ultramaratończyka – Wojtka Pismenko.
- ❖ upowszechnianie biegania jako najprostszej formy rekreacji oraz aktywnego stylu życia,
- ❖ propagowanie zdrowego stylu życia, biegów długodystansowych oraz wyzwań sportowych wśród lokalnej społeczności,
- ❖ zaprezentowanie Maratonów Koleżeńskich jako ogólnodostępnej, niekomercyjnej, oddolnej imprezy biegowej dla wszystkich, nastawionej na dobrą zabawę, integrację biegaczy oraz pokonywanie własnych słabości,
- ❖ możliwość rywalizacji biegaczy w wymagającym wyzwaniu, jakim jest dwumaraton,
- ❖ promocja Świdwina oraz Świdwińskich biegów wśród biegaczy długodystansowych,
- ❖ możliwość wspólnego treningu oraz urozmaicenie okresu przygotowawczego do zaplanowanych przez uczestników biegów ultramaratońskich oraz maratońskich w kolejnym sezonie, przede wszystkim III Ultramaratonu Szlakiem Kotła Świdwińskiego.

II. MIEJSCE STARTU, ZAPISY, INFORMACJE ORGANIZACYJNE.

1. W ramach zawodów przewidziano darmowy nocleg na hali sportowej, bądź innej sali udostępnionej przez Zespół Szkół Rolniczych w Świdwinie. Nocleg odbywać się będzie w warunkach biwakowych, startujący powinni być wyposażeni w śpiwór, poduszkę, materac, karimatę itp.

Sala udostępniona będzie w sobotę, po maratonie. Na niedzielny start zabieramy wszystkie swoje rzeczy i opuszczamy salę.

2. W ramach startu przewidujemy w sobotę wieczorne spotkanie na saunie (sauna pod chmurką/mobilna) znajdującej się nad Jeziorem Bukowiec w Świdwinie. Możliwe będzie tam wspólne ognisko, morsowanie i wieczór integracyjny. Pojemność sauny to ok 6-8 osób, na zewnątrz brak pomieszczenia, jest wiata piknikowa i miejsce na ognisko.

Kwestia sauny jest jeszcze do potwierdzenia.

Udział w saunie będzie bezpłatny.

3. W sobotę po biegu przewidujemy dla wszystkich chętnych, wspólne odwiedzinę miejsca pochówku Wojtka Pismenka na Cmentarzu Komunalnym w Świdwinie (Nowym) oraz złożenie Kwiatów bądź wiązanki.

Kwiaty, bądź wiązanka (zależnie od funduszy) zakupiona będzie z pieniędzy zebranych ze składek organizacyjnych.

Miejsce startu obu biegów:

Park Miejski w Świdwinie
ul. Drawska 78-300 Świdwin
(Polanka ogniskowa za dworkiem)

<https://maps.app.goo.gl/B2Kz2gw2ak83p25h8>
GPS: 53.765166 N, 15.781730 E

Termin:

Bieg nr 1.

Bieg odbędzie się w sobotę, 13 grudnia 2025r.

Start biegu – godzina 10:00

Bieg nr 2.

Bieg odbędzie się w niedzielę, 14 grudnia 2025r.

Start biegu – godzina 8:00

Po zakończeniu niedzielnego biegu nastąpi dekoracja zwycięzców dwumaratonu.

Limit czasu:

Limit czasu obu biegów wynosić będzie 7h. W tym czasie trasa będzie otwarta dla zawodników. Dopuszcza się indywidualną zmianę, po ustaleniach. Ostateczna decyzja należy do organizatora.

Nocleg:

Zespół Szkół Rolniczych w Świdwinie (Technikum)

Szczecińska 88, 78-300 Świdwin

Sauna:

Sauna nad jeziorem Bukowiec.

GPS: 53.753036 N, 15.760681 E

Złożenie kwiatów na grobie Wojtka:

Cmentarz Komunalny w Świdwinie (Nowy)

Kombatantów Polskich 4A · 94 365 23 56

Kontakt w sprawie biegu:

Wojciech Weiner

tel: +48 725 121 290

email: wojciech.weinar@gmail.com

Strony biegu:

FACEBOOK:

<https://fb.me/e/793k307OD>

MARATONY POLSKIE:

https://www.maratonypolskie.pl/mp_index.php?dzial=3&action=5&code=86415

https://www.maratonypolskie.pl/mp_index.php?dzial=3&action=5&code=86414

BIEGNIJMY PL:

<https://biegnijmy.pl/dwumaron-pamieci-wojtki-pismenko-swidwin-2025>

Zapisy:

Zawodnicy zobowiązani są do zapisu na platformie zapisów strony biegnijmy.pl, pod linkiem, zapisujemy się na każdy z biegów osobno:

<https://biegnijmy.pl/index.php?kat=zapisy/20251213-1-swidwin&plik=zapisy>

W szczególnych przypadkach, możliwe będą ewentualne zapisy na miejscu.

Składka organizacyjna (Wpisowe):

Przewidziana jest składka, w sumie minimum 39 zł za każdy z biegów, w celach organizacyjnych. Składkę należy wpłacić poprzez formularz na stronie zrzutka.pl, pod linkiem:

<https://zrzutka.pl/vzc3s6>

Wpłatę należy podpisać, w sposób umożliwiający identyfikację wpłaty, w celu weryfikacji w komentarzu należy podać ilość biegów oraz swoje imię i nazwisko, bądź imię lub nazwisko i inicjał.

Trasa (ta sama w obu biegach):

Trasa odbędzie się na 8 pełnych pętach po ok 5.3 km.

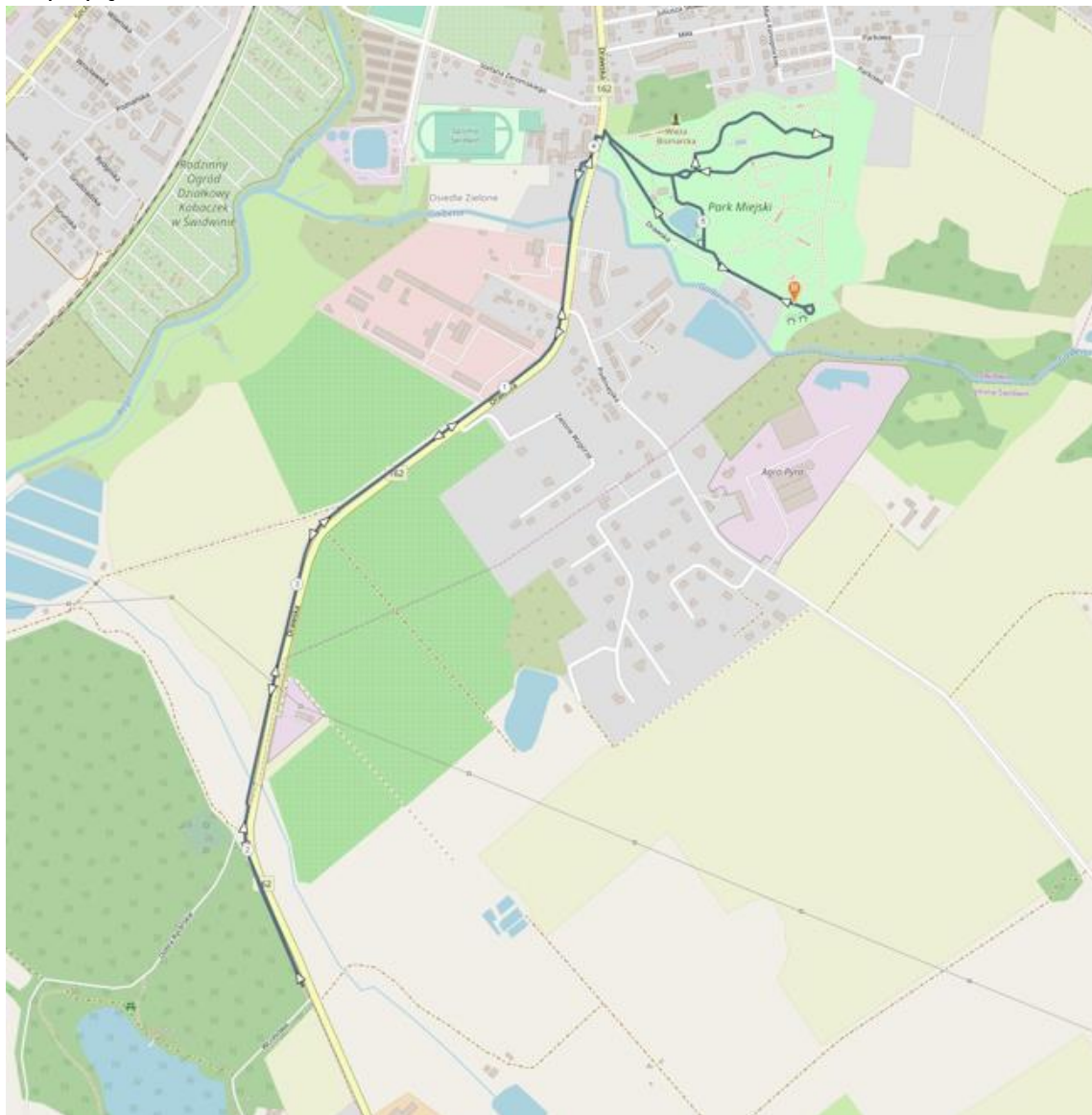
Pętla obejmuje okrążenie świdwińskiego biegu Parkrun Świdwin oraz bieg po trasie pieszo-rowerowej w stronę Jeziora Bukowiec i z powrotem.

Każdy zawodnik może przebiec dowolną ilość pętli (5,3; 10,6; 15,9; 21,097; 26,5; 31,8; 37,1; 42,195 km)

półmaraton = 4 pętle, maraton = 8 pętli.

Nawierzchnia to nieutwardzone ścieżki parkowe oraz asfaltowa droga pieszo rowerowa.

Mapa pętli:



Link do ściągnięcia ścieżki GPS:

<https://www.plotaroute.com/route/2792392>

Limit zawodników:

Przewidywany limit zawodników to po 35 osób w każdym z biegów. Może on być jednak zmieniony w przypadku indywidualnej decyzji.

Klasyfikacja:

Każdy z zawodników który ukończy dystans przynajmniej jednego maratonu zostanie nagrodzony medalem (nagradzamy tylko jednym medalem w przypadku dwóch biegów). Przewidziane są nagrody dla 6 najszybszych Panów oraz dla 3 najszybszych Pań na dystansie dwumaronu.

Do wyniku końcowego dwumaronu zliczane są sumy czasów obu maratonów.

Wszyscy zawodnicy którzy pokonają minimum jedną pętlę zostaną uwzględnieni w wynikach końcowych. Kolejność klasyfikacji przebiega następująco.

1. Zawodnicy którzy ukończyli oba maratony (w kolejności osiągniętego czasu)
2. Zawodnicy którzy ukończyli jeden pełny maraton (w kolejności kolejno przebiegniętego dystansu, następnie osiągniętego czasu)
3. Zawodnicy którzy nie ukończyli pełnego dystansu maratonu (w kolejności kolejno przebiegniętego dystansu, następnie osiągniętego czasu)

Przebiegnięcie podczas jednego startu dystansu powyżej 42,195 km nie jest wliczane do klasyfikacji biegu, nie będzie też uwzględnione w końcowych wynikach (ewentualny dopisek w końcowych wynikach).

Parkrun:

W miejscu startu, maratonu odbywać się będzie kolejny bieg z cyklu PARKRUN ŚWIDWIN. Możliwy jest start w obu imprezach. Zapraszamy maratończyków do udziału.

Więcej na stronie:

www.parkrun.pl/swidwin

III. REGULAMIN I ZASADY BIEGU:

1. Bieg ma charakter maratonu koleżeńkiego, jest to impreza oddolna organizowana przez towarzystwo lokalnych biegaczy. Nastawiona jest na dobrą zabawę oraz rywalizację w duchu „fair play”
2. Oba Maratony oraz ich wyniki, jak i klasyfikacja ogólna dwumaronu mają charakter oficjalny. Wynik zaliczany jest w poczet m.in. Zestawienia Polskiego Klubu 100

Maratonów oraz podobnych rankingów. Ukończenie obu pełnych maratonów zaliczane jest przez klub jako 2 biegi.

3. Wyniki opracowywane są na podstawie pomiaru indywidualnego przez zawodnika oraz pomiaru ręcznego, przez wolontariuszy. W przypadku sytuacji spornej, wiążący jest pomiar dokonany przez wolontariuszy. Udostępnione zostaną na stronie biegu na portalach MaratonyPolskie.pl, biegnijmy.pl oraz na stronie na portalu Facebook.
4. Wszelkie oszustwa, celowe skracanie trasy, rywalizacja niezgodna z zasadami „fair play” będą skutkowały dyskwalifikacją zawodnika i możliwością niedopuszczenia do kolejnych edycji.
5. Zalecane jest posiadanie zegarka do pomiaru indywidualnego. Zawodnicy mogą zostać poproszeni o przedstawienie zapisu pokonanej trasy (np. poprzez zegarek z GPS, bądź telefon) w celu weryfikacji rzetelności pokonania dystansu.
6. Zawodnicy nie mający urządzenia pozwalającego na pomiar indywidualny proszeni są o zgłoszenie tego faktu podczas zapisów oraz na miejscu startu.
7. Trasa może być oznaczona w całości bądź tylko fragmentarycznie. Udostępniona zostanie mapa pętli/trasy oraz ślad GPS do pobrania na urządzeniu.
8. Przypadkowe skrócenie trasy spowodowane pomyłką zawodnika, awarią jakiegokolwiek urządzenia, bądź błędem, czy działaniem osób trzecich powinno skutkować nadrobieniem pominiętego fragmentu najpóźniej na kolejnej pętli biegu.
9. Przypadkowe wydłużenie trasy spowodowane pomyłką zawodnika, awarią jakiegokolwiek urządzenia, bądź błędem, czy działaniem osób trzecich nie skutkuje skróceniem trasy, bądź wcześniejszym wybiegiem na metę. Zawodnik mimo wszystko musi przebiec całą pozostałą, ustaloną część trasy.
10. Bieg nie jest objęty ubezpieczeniem. Każdy uczestnik biegu powinien ubezpieczyć się indywidualnie we własnym zakresie. Zaleca się posiadania stosownego ubezpieczenia na czas biegu oraz odpowiedniego oświadczenia wydanego przez lekarza. Żaden z wolontariuszy, nikt z obsługi biegu, ani żadna osoba trzecia nie ponosi żadnej odpowiedzialności za poniesione przez zawodnika straty. Zawodnik zrzeka się odpowiedzialności tych osób.
11. Każdy z zawodników może przebiec dowolną, możliwą do weryfikacji ilość pętli w obu biegach. Nie jest wymagana deklaracja próby ukończenia dystansu maratonu przed startem. Kolejność wyników uszeregowana jest w pierwszej kolejności od dystansu, następnie liczony jest czas. Na życzenie zawodnika, wynik dystansu inny niż maraton może być nieuwzględniony w wynikach.
12. Zawodnik wyraża zgodę na wykorzystanie wizerunku utrwalonego w formie fotografii bądź zapisu wideo oraz udzielają organizatorowi licencji na wykorzystanie utrwalonego wizerunku na wszystkich polach eksploatacji, w tym w szczególności zamieszczanie i publikowanie na stronach internetowych, w prasie, na plakatach, w przekazach telewizyjnych.
13. W biegu prawo startu mają osoby, które najpóźniej w dniu startu ukończą 18 lat.
14. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani przed startem w Biurze Zawodów.
15. Trasa biegu nie będzie wyłączona z ruchu drogowego raz ruchu osób trzecich. Wszyscy uczestnicy bezwzględnie muszą stosować się do przepisów ruchu drogowego oraz ogólnie powszechnych zasad poruszania się po trasie. Nie należy przeszkadzać ani

utrudniać w rekreacji oraz użytkowaniu trasy przez osoby trzecie. Wszelkie miejsca gdzie następuje kontakt z ruchem ulicznym (np. przejście dla pieszych), należy pokonywać z zachowaniem wszelkich zasad ruchu drogowego oraz szczególnej ostrożności.

Na trasie 2 krotnie podczas pętli przekraczamy przejście dla pieszych. Prosimy zachować tam szczególną ostrożność – nie nadużywać pierwszeństwa pieszych, nie wymuszać na kierowcach hamowania awaryjnego, w razie potrzeby zatrzymać się każdorazowo przed przejściem.

16. W ramach możliwości mogą zostać ustanowione punkty odżywcze. Zawodnicy w wyznaczonych miejscach mogą pozostawić swoje jedzenie, napoje oraz inne niezbędne środki odżywcze, dodatkowo mogą oni zasilić ogólnodostępny punkt odżywczy.
17. Trasa biegu wymierzona jest na podstawie map i danych GPS.
18. Możliwe są zmiany w organizacji, regulaminie bądź ustalonych świadczeniach dla zawodników na biegu, np. w przypadku dodatkowego finansowania. W takim przypadku, zostaną one ogłoszone na naszej stronie na Facebooku.