

## REGULAMIN

### Warszawski Test Coopera 10.06.2010

#### I. CEL IMPREZY

1. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu.
2. Promocja biegania wśród mieszkańców Warszawy oraz promowanie zdrowego stylu życia wśród społeczności miast.
3. Określenie stanu kondycji fizycznej uczestników Testu Coopera na podstawie międzynarodowych norm.

Test Coopera						
kategoria		Bardzo dobrze	Dobrze	Średnio	Źle	Bardzo źle
13-20	M	3000+ m	2700–3000 m	2500–2699 m	2300–2499 m	2300- m
	K	2300+ m	2100–2300 m	1800–2099 m	1700–1799 m	1700- m
20-29	M	2800+ m	2400–2800 m	2200–2399 m	1600–2199 m	1600- m
	K	2700+ m	2200–2700 m	1800–2199 m	1500–1799 m	1500- m
30-39	M	2700+ m	2300–2700 m	1900–2299 m	1500–1899 m	1500- m
	K	2500+ m	2000–2500 m	1700–1999 m	1400–1699 m	1400- m
40-49	M	2500+ m	2100–2500 m	1700–2099 m	1400–1699 m	1400- m
	K	2300+ m	1900–2300 m	1500–1899 m	1200–1499 m	1200- m
50+	M	2400+ m	2000–2400 m	1600–1999 m	1300–1599 m	1300- m
	K	2200+ m	1700–2200 m	1400–1699 m	1100–1399 m	1100- m

5. Integracja warszawskiego środowiska biegowego.

#### II. ORGANIZATOR

1. Organizatorem Warszawskiego Testu Coopera jest Klub Biegacza Tempo Warszawa z siedzibą w Warszawie, przy ul. Kabacki Dukt 6/69.
2. Partnerem merytorycznym Warszawskiego Testu Coopera jest Klub Biegacza Nike

### III. TERMIN I MIEJSCE

1. Warszawski Test Coopera odbędzie się dnia 10.06.2010 r. na stadionie Agrykoli w Warszawie, przy ul. Myśliwieckiej 9.
2. Początek Warszawskiego Testu Coopera zaplanowany jest na godz. 19.00. Uczestnicy Warszawskiego Testu Coopera zostaną podzieleni na 10 serii po 30 osób każda.

Seria 1 – 19:00

Seria 2 – 19:15

Seria 3 – 19:30

Seria 4 – 19:45

Seria 5 – 20:00

Seria 6 – 20:15

Seria 7 – 20:30

Seria 8 – 20:45

Seria 9 – 21:00

Seria 10 – 21:15

3. Dekoracja zwycięzców oraz wręczanie nagród dla uczestników odbędzie się o godzinie 22.00.
4. Test Coopera to 12-minutowa próba wysiłkowa, podczas której uczestnicy starają się pokonać jak najdłuższy dystans.
5. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
6. Szczegółowy program zawodów znajduje się na stronie internetowej [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl) w dziale Nasze Imprezy.
7. Biuro zawodów 10.06.2010 r. znajdować się będzie na stadionie Agrykola, przy ul. Myśliwieckiej 9. Biuro zawodów jest czynne w godzinach 18.00-21.00.

### IV. UCZESTNICTWO

1. Każdy uczestnik Warszawskiego Testu Coopera ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.
2. W Warszawskim Teście Coopera prawo startu mają wyłącznie osoby, które najpóźniej do dnia 10.06.2010 roku ukończą 13 lat i dokonają pełnej rejestracji do biegu.
3. W przypadku osób, które do dnia Imprezy nie ukończyły 18 roku życia, wymagane jest posiadanie pozwolenia na udział podpisanego przez rodziców lub prawnych opiekunów. Oświadczenie takie należy złożyć w dniu 10.06.2010 w Biurze Zawodów w godzinach 18.00-19.00.

4. Limit uczestników Warszawskiego Testu Coopera wynosi 300 osób. Organizator zastrzega sobie możliwość zamknięcia zapisów po osiągnięciu takiej liczby zarejestrowanych uczestników.
5. Wszyscy uczestnicy startujący w biegu, którzy dokonają pełnej rejestracji, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Biuro będzie czynne 10.06.2010 w godzinach 18.00-21:00 na terenie warszawskiego stadionu Agrykola (ul. Myśliwiecka 9). Weryfikacji należy dokonać najpóźniej na 30 minut przed swoją serią startową, w przeciwnym razie Uczestnik nie zostanie dopuszczony do startu.
6. Podczas weryfikacji uczestnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem służący do kontroli daty urodzenia.
7. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie Oświadczenia zawierającego akceptację warunków regulaminu, deklarację dobrowolnego uczestnictwa w biegu i zaświadczenie o braku przeciwwskazań lekarskich do udziału w Imprezie, które znajduje się na stronie internetowej [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl) lub w Biurze Zawodów. Uczestnikom zostaną wydane numery startowe, które należy umieścić w widocznym miejscu w celu identyfikacji uczestnika w trakcie Imprezy.
8. W przypadku osób, które do dnia Imprezy nie ukończyły 18 roku życia, wymagane jest dodatkowo posiadanie pozwolenia na udział podpisanego przez rodziców lub prawnych opiekunów, którego wzór znajduje się na stronie internetowej [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl) lub w Biurze Zawodów.
9. Decyzje opieki medycznej dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
10. Ubezpieczenie NW uczestnicy wykupują we własnym zakresie.
11. Dane osobowe uczestników Warszawskiego Testu Coopera będą wykorzystane na potrzeby przesyłania informacji o przyszłych imprezach a także na wewnętrzne potrzeby administracyjne i analityczne Klubu Biegacza Tempo Warszawa. W każdym wypadku dane te będą używane zgodnie z Ustawą o ochronie danych osobowych” z dnia 29 sierpnia 1997 roku (Dz. U. Nr 133, poz. 883). Osoba uczestnicząca w imprezie Warszawski Test Coopera ma prawo do wycofania takiej zgody i może to zrobić w dniu 10.06.2008, w godzinach 18.00-21.00 wypełniając stosowne oświadczenie, którego wzór znajdować się będzie w Biurze Zawodów.

## V. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia przyjmowane są poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl) w Dziale Nasze Imprezy od 22.05.2010 do 04.06.2010 r.
2. Aby dokonać wstępnej rejestracji należy prawidłowo wypełnić formularz zgłoszeniowy umieszczony na stronie [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl), następnie w ciągu 3 dni od daty wypełnienia formularza należy przesłać opłatę rejestracyjną w wysokości 10 zł na konto:

Klub Biegacza Tempo Warszawa

ul. Kabacki Dukt 6/69

02-798 Warszawa

34 1050 1025 1000 0090 7055 3285

Z dopiskiem (tytuł): Opłata startowa Warszawski Test Coopera, imię i nazwisko

3. Jeśli pomimo wypełnienia formularza rejestracyjnego, opłata startowa nie zostanie dokonana w ciągu 3 dni od daty rejestracji, zgłoszenie zostanie anulowane.
4. Imię i nazwisko uczestnika, który dokonał pełnej rejestracji i uiścił opłatę startową do biegu, znajduje się na stronie [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl) w dziale Nasze Imprezy.
3. Zgłoszenia elektroniczne na stronie [www.sciezki-biegowe.pl](http://www.sciezki-biegowe.pl) zostaną zawieszane 4.06.2010 roku. Po tym terminie zgłoszenia będą możliwe wyłącznie w Biurze Zawodów Warszawskiego Testu Coopera, w dniu 10.06.2010 w godzinach 18.00-21.00. W tym wypadku opłata startowa wynosić będzie 20 zł.
4. UWAGA! Zapisy zostaną zamknięte w momencie osiągnięcia limitu 300 zgłoszeń.
5. Wszyscy uczestnicy startujący w biegu, którzy dokonają pełnej rejestracji, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w dniu 10.06.2010 w godzinach 18.00-21.00 (patrz Rozdział IV niniejszego Regulaminu).
6. Uczestnicy odbierają swój numer startowy w dniu 10.06.2010 w godzinach 18.00-21.00. na minimum 30 minut przed swoją serią startową. Odbiór numeru i weryfikacja musi być dokonana najpóźniej na 30 minut przed swoją serią startową, w przeciwnym razie Uczestnik nie zostanie dopuszczony do startu.

## VI. OPŁATY

1. Każdy uczestnik Warszawskiego Testu Coopera ponosi koszty opłaty rejestracyjnej. Do dnia 04.06.2010 r. (koniec zapisów elektronicznych), opłata rejestracyjna wynosi 10 zł.
2. Osoby, które zgłaszają swój udział w biegu po 04.06.2010 r., mogą dokonać rejestracji tylko 10.06.2010 w godzinach 18.00-21.00 w Biurze Zawodów. W tym przypadku opłata rejestracyjna wynosi 20 zł.
3. Opłatę rejestracyjną należy wpłacać na konto bankowe:

Klub Biegacza Tempo warszawa

ul. Kabacki Dukt 6/69

02-798 Warszawa

34 1050 1025 1000 0090 7055 3285

Z dopiskiem (tytuł): Opłata startowa Warszawski Test Coopera, imię i nazwisko

4. Organizator nie odpowiada za zaginięcie przelewu.

5. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Nie ma możliwości przenoszenia raz wniesionej opłaty na rzecz innego zawodnika.
6. Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę Uczestników na jednym blankiecie wpłaty (jednym przelewem). W tym wypadku w dopisku (w tytule przelewu) należy wpisać „Opłata grupowa. Warszawski Test Coopera” oraz Imiona i Nazwiska wszystkich osób zgłaszanych do biegu.

## **VII. KLASYFIKACJE**

Podczas Warszawskiego Testu Coopera prowadzone będą następujące klasyfikacje:

1. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.
2. Klasyfikacje wiekowe Kobiet i Mężczyzn: 13-20, 20-29, 30-39, 40-49, 50+

## **VIII. NAGRODY**

1. Wszyscy uczestnicy, którzy ukończą Warszawski Test Coopera otrzymują na zakończenie imprezy wodę, mały posiłek regeneracyjny oraz imienny certyfikat ze swoim wynikiem.
2. Zdobywcy I miejsc klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn otrzymują pamiątkowe puchary i nagrody.
3. Zdobywcy I miejsc w klasyfikacjach wiekowych otrzymują pamiątkowe statuetki.

## **IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Podczas biegu wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte z przodu okrycia wierzchniego uczestnika. Zastanianie numeru startowego w części lub w całości grozi dyskwalifikacją.
2. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
3. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie trwania imprezy.
4. Przed i po biegu uczestnicy będą mieli możliwość skorzystania z szatni.
5. W sprawach nie objętych regulaminem rozstrzyga Organizator.
6. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi.