



Regulamin

II Półmaratonu , Biegu 10 km i Biegu 10 km Leśników po Puszczy Niepołomickiej

27.04.2014

1.Organizator Zawodów

- * Państwowe Gospodarstwo Leśne Lasy Państwowe
Nadleśnictwo Niepołomice
- * Urząd Miasta i Gminy w Niepołomicach
- * ProRunners –Organizator Sportowych Imprez Biegowych

2.Cele Imprezy

- * poznawanie przyrodniczej różnorodności Puszczy Niepołomickiej
- * propagowanie aktywności sportowej na łonie natury jako sposobu na zdrowe życie
- * popularyzacja biegania jako zdrowej, dostępnej dla każdego formy aktywności ruchowej
- * świętowanie na sportowo przypadającej w 2014 roku rocznicy 90-lecia istnienia Lasów Państwowych

3.Termin i miejsce zawodów

- a) zawody odbędą się w niedzielę **27 kwietnia 2014 roku**
- b) start wszystkich biegów nastąpi o **godz.12.00**
- c) trasy zawodów przebiegać będą w sercu Puszczy Niepołomickiej



- d) start i meta biegów przy *Punkcie Edukacyjno-Turystycznym Nadleśnictwa Niepołomice* - Polana Sitowiec
- e) biuro zawodów, przebieralnie, depozyt odzieży oraz toalety zlokalizowane będą przy *Punkcie Edukacyjno-Turystycznym Nadleśnictwa Niepołomice* - Polana Sitowiec
- f) biuro zawodów czynne będzie w dniu zawodów - **27.04, w godz. 9.00 – 11.30.**

4.Dystanse biegów, organizacja trasy

- a) bieg główny –półmaraton -na dystansie 21,097 m
- b) bieg 10 km
- c) bieg leśników na dystansie 10 km
- d) dopuszcza się do udziału w biegach na obu dystansach osoby uprawiające nordic walking. Dla osób tych nie przewiduje się oddzielnej kategorii; obowiązują je ogólne postanowienia Regulaminu i określony w Regulaminie limit czasu na pokonanie wybranego dystansu
- e) trasy biegów prowadzą ścieżkami szutrowymi i drogami asfaltowymi wewnątrz Puszczy Niepołomickiej
- f) trasy oznaczone będą co 1 km tabliczkami z kilometrażem, strzałkami, a w niektórych miejscach dodatkowo taśmami na drzewach
- g) trasy nie posiadają atestu PZLA
- h) na trasie-co 5 km-rozmieszczone będą punkty z wodą oraz węglowodanami, w następujący sposób:

półmaraton: 5.kilometr – punkt z wodą, 10.kilometr – punkt z wodą i węglowodanami, 15.kilometr – punkt z wodą i węglowodanami.



biegi 10 km: 5.kilometr –punkt z wodą.

Ponadto każdy zawodnik otrzyma na mecie butelkę z wodą mineralną

5.Warunki uczestnictwa w zawodach

- a) prawo do uczestnictwa w półmaratonie mają osoby dorosłe czyli te, które najpóźniej do 27.04.2014 ukończą 18 lat
- b) prawo do uczestnictwa w biegu 10 km mają osoby dorosłe oraz te, które najpóźniej do 27.04.2014 r. ukończą 16 lat i przedstawią (na formularzu organizatora) pisemną zgodę opiekunów prawnych na udział w zawodach
- c) prawo do uczestnictwa w Biegu 10 km Leśników mają aktualni i emerytowani pracownicy Lasów Państwowych oraz członkowie ich rodzin.

Wszystkich uczestników zawodów, bez względu na dystans biegu, obowiązuje przedłożenie w biurze zawodów aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub własnoręcznie podpisanego oświadczenia o dobrym zdrowiu i starcie w zawodach na własną odpowiedzialność. W przypadku zawodników niepełnoletnich oświadczenie podpisują opiekunowie prawni.

6.Zapisy na zawody i opłaty startowe

- a) za zgłoszenie udziału w zawodach uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz wniesienie opłaty startowej
- b) zapisy na półmaraton, bieg 10 km oraz bieg 10 km leśników są przyjmowane drogą elektroniczną, przez Internet, na formularzu organizatora, zamieszczonym na stronie biegu, **do dnia 18 kwietnia włącznie. Po tym terminie zapisy będą przyjmowane tylko w dniu zawodów - 27.04.2014 r. w biurze zawodów**



c) opłaty startowe: *

przelewem do dn. 28.02:	50 zł – półmaraton 35 zł – 10 km 25 zł – 10 km dla leśników
przelewem od dn. 01.03. do 18.04:	65 zł – półmaraton 45 zł – bieg 10 km 25 zł – 10 km dla leśników
w biurze zawodów - 27.04:	85 zł – półmaraton 60 zł – bieg 10 km 40 zł – 10 km dla leśników

opłaty należy kierować na rachunek bankowy organizatora:

ProRunners, Bank Millennium

nr konta: 61 1160 2202 0000 0001 9072 6053

z dopiskiem: opłata za udział w półmaratonie/biegu 10 km/biegu leśników oraz imię i nazwisko uczestnika biegu

*osoby, które ukończyły 70 lat są zwolnione z opłaty startowej, po okazaniu w biurze zawodów dowodu tożsamości potwierdzającego wiek. Jednocześnie osoby te proszone są o wcześniejsze wypełnienie formularza zgłoszeniowego, zamieszczonego na stronie organizatora.

*opłata wniesiona za udział w zawodach nie podlega zwrotowi. W uzasadnionych względami losowymi przypadkach, o zwrocie wpisowego decyduje dyrektor biegu.

7. Klasyfikacje biegów:

a) klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w półmaratonie



b) klasyfikacja w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn w półmaratonie;

- K-1 i M-1 - kobiety/mężczyźni 18 - 29 lat
- K-2 i M-2 - kobiety/mężczyźni 30 - 49 lat
- K-3 i M-3 - kobiety/mężczyźni 50 - 69 lat
- K-4 i M-4 - kobiety/mężczyźni powyżej 70 lat

c) klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w biegu 10 km

d) klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w biegu 10 km leśników

8.Nagrody:

półmaraton

- a) w klasyfikacji generalnej – za miejsca 1., 2., 3. odpowiednio: 400 zł / 300 zł / 200 zł
- b) w kategoriach wiekowych – nagrody rzeczowe lub puchary, za miejsca 1- 3
- c) nagrody w kategoriach wiekowych będą przyznawane wyłącznie wtedy, gdy w danej kategorii będzie co najmniej 5 zawodników
- d) nagrody w kategoriach generalnej i wiekowych nie dublują się

bieg 10 km

- a) w kategorii generalnej nagrody rzeczowe lub statuetki za miejsca 1-3 dla kobiet i mężczyzn

bieg 10 km leśników

- a) puchary za miejsca 1- 3 dla kobiet i mężczyzn

9.Świadczenia organizatora



W ramach opłaty startowej organizator zapewnia:

*zabezpieczoną przez Służbę Leśną, wolontariuszy i pracowników Agencji Ochrony, oznakowaną trasę biegów

*zabezpieczenie medyczne na trasie biegów i na mecie

*punkty z wodą i węglowodanami w wyznaczonych miejscach

*wodę na mecie biegów

*ciepły posiłek po zakończeniu biegów

*numery startowe

*elektroniczny pomiar czasu (wraz z chipem zwrotnym) dokonywany przez wyspecjalizowaną firmę

*możliwość skorzystania z parkingu w pobliżu startu i mety biegów, przebieralni, depozytu odzieży oraz natrysków w Hali OSTiR-u w Niepołomicach, ul. Kopernika 2

*możliwość skorzystania z bezpłatnego dojazdu na punkt startu z Niepołomic

*medal pamiątkowy dla wszystkich, którzy ukończą bieg zgodnie z Regulaminem

*pakiet startowy, którego zawartość będzie określona w późniejszym terminie

10. Informacje i postanowienia końcowe

a) każdy zawodnik ma obowiązek zaznajomienia się z aktualnym Regulaminem Zawodów umieszczonym na stronie internetowej Biegu podczas trwania zapisów elektronicznych oraz w Biurze Zawodów, w dniu zawodów

b) zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne



- c) limit czasu na pokonanie półmaratonu wynosi 3 godziny, a na pokonanie dystansu 10 km wynosi 2 godziny
- d) każdy uczestnik zawodów zobowiązany jest do zachowania zasad obowiązujących w lasach, a w szczególności do poszanowania przyrody i nie płoszenia swoim głośnym zachowaniem dzikich zwierząt, dla których Puszcza Niepołomska jest ostoją
- e) każdy zawodnik, w czasie biegu, musi posiadać numer startowy umieszczony z przodu ciała, w widocznym miejscu
- f) dopuszcza się do udziału w zawodach wyłącznie osoby w obuwiu sportowym
- g) organizator nie ubezpiecza uczestników zawodów; zaleca się, by zawodnicy ubezpieczyli się na własny koszt
- h) mapki dojazdu na miejsce zawodów, mapka przebiegu trasy, informacja o parkingu oraz o możliwości dojazdu autobusem na miejsce startu biegów ukażą się w późniejszym terminie
- i) organizator zastrzega sobie możliwość dokonywania zmian w Regulaminie. W przypadku zmian zostaną one podane do publicznej wiadomości w widoczny sposób. Ewentualne zmiany Regulaminu mogą być wprowadzone najpóźniej do 1 godziny przed rozpoczęciem zawodów
- j) ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Sędziego Zawodów i Dyrektora Biegu

Sędzia Zawodów

Edward Stawiarz

Dyrektor Biegu

Krystyna Turska