

Regulamin

"III Biegu Pamięci Marynarzy i Ułanów poległych w 1920r."

I. ORGANIZATOR:

1. Organizatorem imprezy biegowej jest Klub Sportowy "ARCO" z siedzibą w Ławy 75 07-411 Rzekuń.
2. Impreza jest zorganizowana pod patronatem Wójta Gminy Rzekuń i Przewodniczącego Rady Gminy.
3. Partnerem imprezy jest kompleks "Zielony Zakątek" w Susku Starym.

II. CEL IMPREZY:

1. Promocja i upowszechnianie biegania, jako najprostszej formy aktywności fizycznej wśród mieszkańców gminy Rzekuń i powiatu ostrołęckiego.
2. Uczczenie pamięci 53 Marynarzy i 18 Ułanów poległych w 1920 r. - w obronie ziemi rzekuńskiej podczas wojny polsko-bolszewickiej.

III. TERMIN I MIEJSCE:

1. Bieg odbędzie się **04 października 2015r. w Susku Starym, gm.Rzekuń k./Ostrołęki**
2. Zawody rozpoczną się o godzinie 11.00 w pobliżu Świetlicy w Susku Starym

*** start biegacze i rolki - godzina 11.00**

3. Długość trasy biegu wynosi **10 km. Trasa posiada atest PZLA.**
4. Pomiar czasu będzie prowadzony przez profesjonalną firmę z zastosowaniem chipów.
5. Ustala się limit biegu na **200 uczestników /biegacze/ , 30 uczestników /rolki/**
6. Trasa tworzy jedną zamkniętą pętlę i biegnie przez miejscowości: Susk Stary - Nowa Wieś Wschodnia - Ołdaki - Zabiele - Susk Stary. Nawierzchnia asfaltowa w 100%.
7. Trasa będzie oznaczona co jeden kilometr.
8. Na trasie będzie znajdował się jeden punkt odżywczy
9. Zawodników obowiązuje limit czasowy 90 minut.

IV. BIURO ZAWODÓW:

1. Biuro zawodów w dniu biegu, będzie znajdowało się na terenie kompleksu "Zielony Zakątek" w miejscowości Susk Stary 10, w gminie Rzekuń (5 km od Ostrołęki).
2. Biuro zawodów będzie czynne od godziny **7.30 do 10.30**

V. PROGRAM ZAWODÓW:

1. 7.30 - 10.30 przyjmowanie i weryfikacja zgłoszeń, wydawanie numerów startowych
2. 10.45 uroczyste otwarcie imprezy sportowej
3. 11.00 start rolkarzy na dystansie 10 km.
4. 11.15 start biegaczy na dystansie 10 km.
5. 13.00 - 14.00 uroczyste zamknięcie biegu (rozdanie nagród w poszczególnych kategoriach),
- **LOSOWANIE NAGRÓD RZECZOWYCH DLA WSZYSTKICH ZAWODNIKÓW**
6. Impreza rekreacyjna dla uczestników przy ognisku i muzyce,
- przewidziane kiełbaski, ciasto, napoje degustacyjne itp.

VI. ZASADY UCZESTNICTWA:

- 1. W biegu mogą wziąć udział osoby pełnoletnie, oraz osoby od 16 lat - za pisemną zgodą prawnych opiekunów.*
- 2. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument tożsamości, celem sprawdzenia danych osobowych.*
- 3. Warunkiem startu jest zgłoszenie zawodnika/zawodniczki do dnia 04 października, poprzez stronę internetową organizatora, faksem lub telefonicznie. Osoby chcące zapisać się na bieg w dniu zawodów - nie będą miały zagwarantowanego startu i pakietu (medal pamiątkowy, napój, posiłek regeneracyjny itp.)*
- 4. Warunkiem dopuszczenia do biegu jest złożenie pisemnego oświadczenia o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w biegu, dostępnego w biurze zawodów.*
- 5. Wszyscy uczestnicy biorący udział w III Biegu Pamięci, startują na własną odpowiedzialność i nie będą wносить żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.*
- 6. Wniesienie opłaty startowej w wysokości 30 zł, opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.*
- 7. Opłatę startową należy wpłacać na poniższe konto:*

BGŻ: 50 2030 0045 1110 0000 0275 3520 Klub Sportowy "ARCO" Ławy 75 07-411 RZEKUŃ

Limit uczestników ustala się na 200 osób wśród biegaczy, 30 osób wśród rolkarzy.

Zapisy zostaną zakończone z chwilą wpłynięcia 200 i 30 opłaconych zgłoszeń.

- 8. Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie. Organizator nie ubezpiecza zawodników na czas zawodów i nie odpowiada za rzeczy zaginione.*
- 9. Przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz warunków bezpieczeństwa na trasie biegu.*
- 10. Zawodnicy startujący w zawodach mają obowiązek dostosowania się do przepisów ruchu drogowego i zachować wszelkie środki ostrożności - pokonując trasę po drogach powiatowych korzystają z prawego pasa jezdni - w miejscu gdzie droga jest wyłączona z ruchu tylko częściowo, zachowują szczególną ostrożność trzymając się prawej strony drogi nie wybiegają na stronę lewą - bezwzględnie wykonują wszystkie polecenia wydawane przez policję oraz służby porządkowe, które koordynują i zabezpieczają trasę zawodów.*

Szczególną uwagę na trasie - należy zwrócić na:

SAMOCHODY * UŁANÓW na KONIACH * KOLARZY * ROLKARZY

Organizator prosi, o ile to możliwe, aby uczestnicy nie biegli w słuchawkach mp.

- Zawodnicy podczas biegu stosują zasadę Fair Play.

- 11. Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do udziału w stroju sportowym i umieszczeniu numeru startowego z przodu na wysokości klatki piersiowej pod karą dyskwalifikacji.*

VII. KLASYFIKACJA:

BIEGACZE

OPEN - klasyfikacja GENERALNA Kobiet i Mężczyzn /miejsca 1-3/

*KLASYFIKACJA DRUŻYNOWA / **minimum 4 zawodników** pod jedną nazwą /
- suma czasów pierwszych czterech zawodników, - nagrodzone będą cztery najlepsze drużyny*

KLASYFIKACJA WIEKOWA:

*Kobiet: **K 2** (16-29 lat), **K 3** (30-39), **K 4** (40-49), **K 5** (powyżej 50 lat)*

*Mężczyźn: **M 2** (16-29 lat), **M 3** (30-39 lat), **M 4** (40-49 lat), **M 5** (50-59), **M 6** (powyżej 60 lat)*

Dodatkowa Klasyfikacja:

> Najmłodszy Zawodnik > Najstarszy Zawodnik > Zawodnik z najdalszych stron kraju

ROLKARZE

OPEN - klasyfikacja GENERALNA Kobiet i Mężczyzn /miejsca 1-3/

Organizator nie przewiduje klasyfikacji wiekowej w klasyfikacji rolkarzy.

VIII. NAGRODY:

1. Każdy z zawodników, który ukończy BIEG i ROLKI w regulaminowym czasie otrzyma pamiątkowy medal.

2. Zwycięzcy w klasyfikacji generalnej BIEGACZY (pozycje 1-3 OPEN, Kobiety 1-3) otrzymają puchary i nagrody pieniężne w wysokości

I msc.- 300 zł, II msc.- 200 zł, III msc.- 100 zł

3. Zwycięzcy w poszczególnych kategoriach K2, K3, K4, K5, M2, M3, M4, M5, M6 (miejsca 1-3) otrzymają puchary i nagrody rzeczowe od sponsorów.

4. Zwycięzcy w klasyfikacji generalnej ROLKARZY (pozycje 1-3 OPEN Kobiet i Mężczyzn) otrzymają puchary i nagrody rzeczowe od sponsorów.

5. Po ceremonii rozdania nagród nastąpi losowanie nagród rzeczowych dla WSZYSTKICH UCZESTNIKÓW.

6. Po ukończeniu biegu - zawodnicy otrzymają napój oraz posiłek regeneracyjny.

7. Po ceremonii rozdania nagród i po losowaniu fantów, przewidziano ognisko z kiełbaskami i inne atrakcje.

IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Organizator nie zapewnia szatni i natrysków dla uczestników biegu.

2. Organizator zapewnia ambulans medyczny i wolontariuszy na trasie.

3. Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

4. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.

5. W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

6. Dodatkowe informacje na temat biegów można uzyskać pod numerami:

Arkadiusz Zyśk tel. kom: 668973666

Marek Żebrowski tel. kom: 698774799

Norbert Siemiątkowski tel. kom. 600464952

e-mail: arco-klubsportowy@wp.pl