



## REGULAMIN I KOBIERZYCKIEGO BIEGU Z KONSTYTUCJĄ 5 i 10 km

### I. CEL

- I.1. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu wśród mieszkańców Gminy Kobierzycy,
- I.2. Upowszechnianie kultury fizycznej i sportu,
- I.3. Promocja turystyczna gminy Kobierzycy,

### II. ORGANIZATORZY

#### II.1 Organizator

- GCKiS w Kobierzycach
- Stowarzyszenie Pro-Run Wrocław

### III. KONTAKT

Dyrektor Biegu:

Jacek Jackowiak tel. 793 444 723 - [jacek.jackowiak@pro-run.pl](mailto:jacek.jackowiak@pro-run.pl)

Zapisy elektroniczne:

Jacek Urbanowicz tel. 507 043 081 - [zawody@pro-run.pl](mailto:zawody@pro-run.pl)

Strona internetowa biegu:

[www.pro-run.pl](http://www.pro-run.pl)

### IV. TERMIN I MIEJSCE

IV.1. Bieg odbędzie się dnia 03.05.2015:

- Uroczyste otwarcie imprezy 13:00



- Start biegu na 5 km o godz. 14.00
- Start biegu na 10 km o godz. 15.00

IV.2. Start i meta do biegu głównego oraz biegów towarzyszących znajduje się przy hali sportowej w Kobierzycach ul. Dębowa 20.

IV.3. Biuro zawodów znajduje się przy hali sportowej w Kobierzycach ul. Dębowa 20. Biuro zawodów czynne od godziny 11.00.

## V. BIEGI TOWARZYSZĄCE

- Bieg małego patrioty (3-7lat) na dystansie ok. 100 m.
- Do biegu będą prowadzone zapisy w biurze zawodów w dniu biegu.
- Bieg ma symboliczny charakter, nie zostaną wyłonieni zwycięzcy.
- Wszyscy uczestnicy otrzymają identyczne upominki.
- Bieg rozpocznie się o 16.30 w miejscu start/meta biegu głównego

## VI. TRASA BIEGU

Biegi główne:

VI.1. Dystanse 5 km i 10 km (2 pętle po 5000 m).

VI.2. Trasa płaska, oznaczona co kilometr.

VI.3. Nawierzchnia asfaltowa/szutrowa.

VI.4. Na trasie znajduje się 1 punkt nawadniania, odżywiania i odświeżania oraz toalety.

VI.6. Start i meta do biegu głównego oraz biegów towarzyszących znajduje się na obszarze przy hali sportowej w Kobierzycach, ul. Dębowa 20.

VI.7. W biegu na 5 km obowiązuje limit czasowy – 45 min, natomiast w biegu na 10 km obowiązuje limit czasowy – 90 min

VI.8. Limit czasowy nie obowiązuje w biegach towarzyszących.

VI.9. Pozostawanie na trasie biegu po upływie wyznaczonego czasu jak również nie stosowanie się do decyzji sędziów przenosi na uczestników odpowiedzialność stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.

## VII. KLASYFIKACJA

VII.1. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn

Klasyfikacja dokonana będzie również w poszczególnych kategoriach wiekowych.

Nie będą one jednak nagradzane

VII.2. Wiekowa: kobiet i mężczyzn

- K 16 od 16 do 19 lat
- K 20 od 20 do 29 lat
- K 30 od 30 do 39 lat
- K 40 od 40 do 49 lat
- K 50 powyżej 50 lat



- M16 od 16 do 19 lat
- M 20 od 18 do 29 lat
- M 30 od 30 do 39 lat
- M 40 od 40 do 49 lat
- M 50 od 50 do 59 lat
- M 60 od 60 do 69 lat
- M 70 powyżej 70 lat

## VIII. POMIAR CZASU

VIII.1. W biegach głównych na 5 km i 10 km pomiar czasu i ustalenie kolejności odbędzie się za pomocą chipów w numerach startowych,

VIII.2. Posiadanie numeru startowego wraz z chipem jest warunkiem wystartowania w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym,

VIII.3. Niewłaściwe zamocowanie czipa (nr startowego) może spowodować niesklasyfikowanie zawodnika.

## IX. NAGRODY I ŚWIADCZENIA DLA ZAWODNIKÓW

IX.1. Zawodnicy z każdego biegu otrzymają pamiątkowy medal,

IX.2. Zawodnicy, którzy zgłoszą się w terminie do biura zawodów otrzymają pakiet startowy. Biuro zawodów czynne od godziny 11.00.

IX.3. Najlepsi zawodnicy (pierwsze trzy kobiety i pierwszych trzech mężczyzn) otrzymają:

- Miejsca 1-3 – puchary.

IX.4. Do dyspozycji zawodników przewidziane będą szatnie z zapleczem sanitarnym,

IX.5. Do dyspozycji zawodników będzie przeznaczony depozyt. Czynny w godz. 11.00 – 17.00

IX.6. Organizator nie przewiduje nagród finansowych/rzeczowych dla zwycięzców. Jeżeli by się pojawiły to opublikujemy o tym informację w osobnym komunikacie na stronie biegu.

IX.7. Uczestnicy biegów na 5 i 10 km będą brać udział w losowaniu nagród rzeczowych.

IX.7. Warunkiem otrzymania nagród/pucharów jest ukończenie biegu i stawienie się na ceremonii dekoracji

IX.8. W biegach głównych przewidziany jest limit miejsc startowych: 300 miejsc na 5 km i 500 na 10 km.

## X. ZGŁOSZENIA DO BIEGU

X.1. Elektronicznie poprzez formularz zgłoszeniowy do dnia 30.04.2015 r. do godz. 24:00

X.2. Start w biegu jest odpłatny. Koszt cegiełki to:

- do 31.03.2015 r. 20 zł
- do 24.04.2015 r. 30 zł



- do 30.04.2015 r. 40 zł

**(Zapisy w dniu biegu zostaną uruchomione tylko w przypadku wolnych miejsc startowych co zostanie ogłoszone w osobnym komunikacie po zakończeniu zapisów elektronicznych.)**

X.3. Zapisy do biegu są otwarte wg. dat powyżej, jednak na liście startowej będą publikowane jedynie osoby, które uiszczyły opłatę startową. Po zamknięciu zapisów w dniu 30.04.2015 o godzinie 24:00 osoby, które nie dokonały opłaty startowej **zostaną usunięte z listy startowej.**

W ten sposób pojawią się wolne miejsca startowe dostępne w dniu biegu przed startem. Jeżeli ktoś zapisze się w "ostatniej chwili" i nie ma pewności czy jego przelew dotrze to wystarczy poinformować organizatora o tym fakcie mailowo na adres: [zawody@pro-run.pl](mailto:zawody@pro-run.pl)

Oczywiście jeżeli limit miejsc nie będzie wykorzystany wtedy zapisane, nie opłacone osoby nie będą usuwane z listy startowej. Dzięki temu nie będzie trzeba się ponownie zapisywać w dniu imprezy.

X.4. Po dokonaniu zapisów internetowych zawodnik ma możliwość wykonania opłaty startowej online. Opłaty startowej można również dokonać tradycyjnie, przelewem. Dane do przelewu za cegiełkę potwierdzającą uczestnictwo w biegu:

- Stowarzyszenie Pro-Run Wrocław
- ul. J.W Dawida 26/9, Wrocław
- nr konta **44105015751000009080005508**
- Proszę o dopisek na przelewie: **Bieg z Konstytucją 5 lub 10 km, nazwisko i imię**

X.5. Raz uiszczona opłata startowa nie podlega zwrotowi, chyba, że impreza zostanie odwołana z winy organizatora.

X.6. Każdy uczestnik biegu będzie podpisywał w biurze zawodów oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność oraz o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestniczenia w zawodach.

X.7. Zawodnik może się zapisać tylko na jeden dystans biegu.

X.8. Zgłoszenia w dniu zawodów przyjmowane będą w biurze zawodów do godz. 13.00 (5 km oraz 10 km) tylko w przypadku wolnych miejsc startowych. Opłata startowa w dniu biegu wynosi 40 zł.

## XI. UCZESTNICTWO

XI.1. W celu weryfikacji każdy zawodnik musi zgłosić się osobiście,

XI.2. Do startu dopuszczeni zostaną zawodnicy, którzy w dniu zawodów ukończyli 18 rok życia i zweryfikowali swoje dane w biurze zawodów,

XI.3. Do startu są dopuszczone osoby niepełnoletnie jednak tylko do wieku 16 lat.



Zawodnik niepełnoletni musi okazać w biurze zawodów upoważnienie od prawnych opiekunów. Pobierz wzór upoważnienia.

XI.4. Każdy zawodnik pełnoletni startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność, co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu,

XI.5. Każdy zawodnik musi wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym (zгода zawiera się w podpisywanym oświadczeniu)

XI.6. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania,

XI.7. Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.

## **XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

XII.1. Wyniki biegu dostępne będą po zakończeniu imprezy na tablicy ogłoszeń oraz na [www.pro-run.pl](http://www.pro-run.pl).

XII.2. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.

XII.3. Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy zagubione.

XII.4. Uczestnicy mają obowiązek stosowania się do poleceń Policji, Straży Miejskiej oraz osób zabezpieczających trasę biegu

XII.5. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.