

**REGULAMIN**  
**III edycji „Biegu Niepodległości” w Nowym Sączu**  
**pod Patronatem Prezydenta Miasta Ryszarda Nowaka**

**I. Cel imprezy:**

- A. Uczczenie Święta Niepodległości.
- B. Promocja biegania jako najprostszej formy ruchu.
- C. Promocja Miasta Nowego Sącza.
- D. Propagowanie zdrowego stylu życia.

**II. Organizator:**

Grzegorz Mirek

**Miejsce, termin i plan godzinowy imprezy:**

Rynek Miasta Nowego Sącza - dnia 11.11.2015 r.

8<sup>00</sup> – otwarcie biura zawodów

10<sup>30</sup> – zamknięcie biura zawodów

11<sup>11</sup> – START – biegi na 5 i 10 km

13<sup>00</sup> – dekoracja uczestników biegu w poszczególnych klasyfikacjach

**III. Trasa biegów, pomiar czasu:**

Pętla: Rynek (start) – Piotra Skargi – Bóżnicza – Kazimierza Wielkiego – Dunajewskiego – Szwedzka – Wąsowiczów – Kościuszki – Jagiellońska – Aleje Wolności – Aleje Batorego – nawrót – Aleje Batorego – Aleje Wolności – Mickiewicza – Długosza – Kościuszki – Matejki – Lwowska – Sobieskiego – Wałowa – Jagiellońska (deptak) – Rynek (meta).

Bieg 5 km - 1 pętla

Bieg Główny 10 km – 2 pętle

Pomiar czasu: elektroniczny.

**IV. Biegi, klasyfikacje, nagrody, limit czasu:**

**A. Bieg Główny na 10 km – godz. 11<sup>11</sup> start – 2 pętle po 5 km:**

- 1. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn

Nagrody – I miejsce – 500 zł

II miejsce – 400 zł

III miejsce – 300 zł

IV miejsce – 200 zł

V miejsce – 100 zł

- 2. Klasyfikacja wg kategorii wiekowej kobiet i mężczyzn

Nagrody – K1, M1 (16 – 29 lat) – miejsca I-III – puchary dyplomy

K2, M2 (30 – 39 lat) – miejsca I-III – puchary dyplomy

K3, M3 (40 – 49 lat) – miejsca I-III – puchary dyplomy

K4, M4 (50+) – miejsca I-III – puchary dyplomy

UWAGA! Nagrody z kategorii generalnej nie dublują się z nagrodami w kategoriach wiekowych.

**B. Bieg na 5 km – godz. 11<sup>11</sup> start – 1 pętla:**

- 1. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn

Nagrody – I miejsce – nagrody rzeczowe - dyplomy

II miejsce – nagrody rzeczowe - dyplomy

III miejsce – nagrody rzeczowe - dyplomy

**C. Dodatkowe klasyfikacje:**

1. Najlepszy zawodnik Miasta Nowego Sącza – bieg na 10 km - nagroda rzeczowa.
2. Najlepsze małżeństwo w biegu na 10 km (suma czasów małżonków) - miejsca I-III – nagrody rzeczowe.

UWAGA! Małżeństwa chcące być klasyfikowane w kategorii Najlepsze małżeństwo proszone są o zgłoszenie w biurze zawodów.

**D. Wszyscy uczestnicy otrzymują pamiątkowe medale na mecie.**

**E. Limit czasu: 1h 30 min.**

**V. Uczestnictwo, zgłoszenia, opłaty startowe, biuro zawodów:**

- A.** W biegu mogą wziąć udział zawodnicy, którzy mają ukończone 16 lat, podpiszą oświadczenie o dobrym stanie zdrowia i zdolności do biegu. Osoby niepełnoletnie muszą przedstawić zgodę na udział od prawnych opiekunów. Zawodnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność.
- B.** Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania. Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
- C.** Za zgłoszenie uważa się dostarczenie do organizatora wypełnionego formularza zgłoszenia (drogą elektroniczną na stronie internetowej organizatora) lub wypełnienie i złożenie formularza w biurze zawodów oraz wpłata opłaty startowej – w przypadku wolnych miejsc zapisy będą dopuszczone na miejscu zawodów.
- D.** Limit osób: 500
- E.** Opłata startowa: do dnia 8.11.2015 r – 25 zł, po tym terminie w biurze zawodów 30 zł. (w przypadku wolnych miejsc)
- F.** Wszyscy startujący muszą zostać zweryfikowani w dniu 11.11.2015 r. w biurze zawodów.
- G.** Podczas weryfikacji zawodnik musi posiadać dowód tożsamości.
- H.** Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu do koszulki.
- I.** Zasłanianie numeru startowego jest niedozwolone pod karą dyskwalifikacji.
- J.** Startujących obowiązuje estetyczny ubiór i obuwie sportowe.
- K.** Organizator zapewnia opiekę medyczną na starcie - mecie. Decyzje obsługi medycznej dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
- L.** Zawodnicy pokonujący trasę w niedozwolony sposób zostaną zdyskwalifikowani.

**VII. Postanowienia końcowe:**

- M.** Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
- N.** Bieg odbędzie się bez względu na panujące warunki atmosferyczne.
- O.** Organizator nie zapewnia miejsca na przebranie.
- P.** Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione przez Uczestników w miejscu imprezy.
- Q.** Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z przyjęciem powyższego regulaminu.
- R.** Odbiór nagród, dyplomów i medali odbywa się tylko w dniu zawodów.
- S.** III Bieg Nieodległości jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, w czasie trwania biegu, wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.
- T.** Organizator zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji regulaminu.
- U.** Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu lub jego przerwania bez podania przyczyny.
- V.** Kontakt:

Organizator: Grzegorz Mirek

Telefon:

502 422 522 – Grzegorz Mirek

500 416 504 – Ewelina Pietrzak - Biuro

.....  
data i podpis organizatora imprezy lub jego przedstawiciela