

## Regulamin

### II Biegu Po Puszczy Niepołomickiej o Puchar Burmistrza Miasta „W pogoni za żubrem”

#### 1. Organizator Biegu

Krakowski Klub Biegacza Dystans

Urząd Miasta i Gminy Niepołomice

współorganizatorzy: Nadleśnictwo Niepołomice

Wójt Gminy Kłaj

#### 2. Cele imprezy:

- a. popularyzacja biegania jako najprostszej formy rekreacji fizycznej
- b. propagowanie zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu wśród lokalnej społeczności
- c. promocja Niepołomic jako miasta - siedziby Zamku Królewskiego i miasta graniczącego z Puszcą Niepołomicką - miejscem przyjaznym dla osób uprawiających aktywność ruchową

#### 3. Termin i miejsce zawodów

- a. **zawody odbędą się 27 czerwca br. (niedziela) w Niepołomicach koło Krakowa**
- b. start i meta biegu głównego, nordic-walking i marszobiegu - na ul. Korczaka, w pobliżu Krytej Pływalni
- c. główna trasa biegu - leśnymi ścieżkami szutrowo-asfaltowymi, w pld.- wsch. części Puszczy Niepołomickiej
- d. biuro zawodów, szatnie, natryski i depozyt odzieży będą mieścić się w Hali Sportowej przy ul. M. Kopernika
- e. zawody biegowe dla dzieci będą przeprowadzone na Stadionie MKS Puszcza w Niepołomicach (harmonogram zawodów będzie podany w dniu zawodów)

#### 4. Dystanse biegów, oznakowanie trasy

- a. dystans biegu głównego - 15 km
- b. dystans nordic-walking - 8 km
- c. dystans marszobiegu - 3 km (marszobiegu odbędzie się przy co najmniej 20 uczestnikach)
- d. trasa oznakowana co 1 km
- e. trasa nie posiada atestu PZLA



## 5. Harmonogram zawodów

- a. biuro zawodów czynne w dniu zawodów, w godz.8.00 - 10.45
- b. **start biegu głównego, rajdu nordic - walking i marszobiegu o godz. 11.00**
- c. depozyt odzieży czynny od godz. 8.30 - 11.00 i od godz.12 - 14.00
- d. ceremonia nagradzania zwycięzców zawodów - godz.14.30, w Parku przed Zamkiem Królewskim w Niepołomicach
- e. losowanie nagród dla uczestników biegu głównego i nordic-walking - ok. godz. 15 - tej.

## 6. Warunki uczestnictwa w zawodach

- a. w biegu głównym - na dystansie 15 km - mogą uczestniczyć osoby, które do dnia 27.06.2010 r. ukończą 18 lat
- b. w rajdzie nordic-walking mogą brać udział osoby dorosłe oraz osoby mające ukończone 16 lat, za pisemną zgodą opiekunów prawnych
- c. w marszobiegu mogą brać udział dorośli, młodzież gimnazjalna i licealna
- d. biegi na stadionie przeznaczone są dla dzieci w wieku przedszkolnym i uczniów szkoły podstawowej
- e. od uczestników biegu głównego i nordic-walking wymagane jest zaświadczenie lekarskie lub własnoręcznie podpisane oświadczenie o dobrym stanie zdrowia (na formularzu organizatora)

## 7. Opłaty za start w zawodach

- a. warunkiem dopuszczenia zawodnika do udziału w biegu jest wniesienie opłaty startowej
  - i. w wysokości **25 zł - do dnia 22 czerwca br.**
  - ii. opłaty 25 zł należy dokonać przelewem na konto Organizatora:  
**KKB Dystans ,30-085 Kraków, ul. Zaczarowane Koło 5/8**  
**Bank Zachodni WBK S.A. nr konta: 02 1090 1665 0000 0001 0731 6613**
  - iii. w wysokości **40 zł** - w dniu zawodów, w Biurze zawodów
- b. opłata wniesiona za udział w zawodach nie podlega zwrotowi

\*) opłaty dotyczą tylko zawodników biegu głównego i nordic-walking. Uczestnictwo w marszobiegu i zawodach dla dzieci na stadionie **jest bezpłatne.**

## 8. Świadczenia organizatora

Każdy uczestnik biegu głównego i nordic-walking otrzymuje:  
numer startowy, pakiet startowy, medal pamiątkowy - pod warunkiem ukończenia biegu zgodnie z Regulaminem, opiekę medyczną na trasie biegu, napoje na trasie biegu i na mecie, ciepły posiłek po zakończeniu biegu, możliwość skorzystania z natrysków i toalet, możliwość przechowania odzieży w depozycie



## 9. Nagrody

Bieg główny:

- puchar Burmistrza Miasta dla trzech najlepszych zawodniczek i zawodników w kategorii generalnej
- nagrody pieniężne dla trzech najlepszych zawodniczek i zawodników w kategorii generalnej, w wysokości: **300 zł za I miejsce, 200 zł za II miejsce, 100 zł za III miejsce**
- puchary Burmistrza Miasta dla trzech najlepszych zawodniczek i zawodników w poszczególnych kategoriach wiekowych
- puchar Burmistrza Miasta dla najszybszego mieszkańca gminy Niepołomice i Kłaj
- nagrody nie mogą się dublować

Nordic-walking:

- puchary dla trzech uczestników zawodów, którzy najszybciej ukończą rajd
- dyplomy pamiątkowe dla uczestników marszobiegu i zawodów dzieci na stadionie

## 10. Klasyfikacja zwycięzców (dotyczy wyłącznie biegu głównego)

- generalna kobiet
- generalna mężczyzn
- w kategoriach wiekowych\*

kobiety:

K-20 -	18 - 29 lat
K-30 -	30 - 39 lat
K-40 -	40 - 49 lat
K-50 -	50 - 59 lat
K-60 -	60 lat i więcej

mężczyźni:

M-20 -	18 - 29 lat
M-30 -	30 - 39 lat
M-40 -	40 - 49 lat
M-50 -	50 - 59 lat
M-60 -	60 - 69 lat
M-70 -	70 lat i więcej

\*) klasyfikacja w kategoriach wiekowych ma miejsce przy co najmniej 5 osobach w danej kategorii

## 11. Postanowienia końcowe

- zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne
- zawodnicy podczas biegu muszą posiadać numery startowe przypięte w widocznym miejscu
- punkty z napojami usytuowane będą na ok. 5 kilometrze i ok. 10 kilometrze trasy
- limit czasu dla biegu głównego wynosi 2 godziny, dla nordic-walking – 1 godz. 30 min., dla marszobiegu – 50 minut
- uczestników zawodów obowiązuje pokonywanie trasy zgodnie z Regulaminem - niedopuszczalne jest skracanie trasy
- uczestników rajdu nordic-walking w szczególności obowiązuje bezwzględne przestrzeganie techniki rajdu
- każdy uczestnik biegu zobowiązany jest do absolutnego przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz stosowania się do zaleceń służb zabezpieczających bieg, zwłaszcza podczas odcinków prowadzących przez drogi publiczne



- h. uczestnicy zawodów winni ubezpieczyć się na własny koszt
- i. wniesienie opłaty startowej i przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z zaakceptowaniem Regulaminu przez uczestnika zawodów
- j. organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzenia zmian do Regulaminu i podania ich w formie pisemnej do publicznej wiadomości - najpóźniej do 1 godz. przed rozpoczęciem zawodów
- k. ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora zawodów

Dyrektor Biegu  
Krystyna Turska

