

## **Regulamin 14. Krakowskiego Półmaratonu Marzanny oraz 3. Krakowskiego Biegu z Dystansem „Dla małych serc” - 10km**

### **1. CEL IMPREZY:**

- A. Promocja biegania jako najprostszej formy aktywności sportowej.
- B. Powitanie wiosny w atmosferze sportowej rywalizacji.
- C. Zebranie funduszy na potrzeby Fundacji „Schola Cordis”.**
- D. Promocja Krakowa jako miasta przyjaznego dla biegaczy.
- E. Rozpoczęcie wiosennych startów w zawodach.

### **2. ORGANIZATOR:**

Krakowski Klub Biegacza DYSTANS

### **3. BENEFICJENT BIEGÓW:**

Fundacja Schola Cordis, Wspierania Kardiochirurgii Dziecięcej

### **4. Komitet honorowy:**

Prof. dr hab. n. med. Janusz Skalski

### **5. TERMIN**

**Niedziela, 19 marca 2017 roku, godz. 11:00 (półmaraton, 10 km)**

### **6. MIEJSCE I TRASA:**

A. Start:

- Półmaraton - krakowskie Błonia
- 10 km - Bulwary Wiślane

B. Meta: Błonia (Cichy Kącik)

Dystans:

- 14. Krakowski Półmaraton Marzanny – 21,097km
- 3. Krakowski Bieg z Dystansem „Dla małych serc” – 10km

C. Opis trasy:

**14. Krakowski Półmaraton Marzanny: START - al. 3 Maja (deptak), al. Focha (deptak), Królowej Jadwigi, Księcia Józefa, Most Zwierzyniecki (chodnik), ulica przy stadionie KS Tramwaj aż do ul. Praskiej, Bulwar wzdłuż Tynieckiej, Bulwar Poleski, Bulwar Wołyński, Ludwinowska, Most Retmański, Rollego, Bulwar Podolski (do pochylni za Kładką Bernatka), Kładka Ojca**

Bernatka, Bulwar Kurlandzki, Bulwar Inflancki, Bernardyńska (chodnik), Świętego Idziego (chodnik), Grodzka, Rynek Główny (linia G-H), Floriańska, Planty (od Bramy Floriańskiej do Poselskiej), Poselska, Senacka, Kanonicza, Podzamcze (ulica oraz chodnik przed CORT), Centrum Obsługi Ruchu Turystycznego, Bulwar Czerwieński, Bulwar Rodła, Flisacka, Kościuszki (lewa część jezdni), Królowej Jadwigi, Jaxy Gryfity, Emaus, Focha (część deptaka), **aleja 3 Maja (deptak) – meta**

**3. Krakowski Bieg z Dystansem „Dla małych serc” - 10 km: start biegu na wysokości kościoła na Skalce**, Bernardyńska (chodnik), Świętego Idziego (chodnik), Grodzka, Rynek Główny (linia G-H), Floriańska, Planty (od Bramy Floriańskiej do Poselskiej), Poselska, Senacka, Kanonicza, Podzamcze (ulica oraz chodnik przed CORT), Centrum Obsługi Ruchu Turystycznego, Bulwar Czerwieński, Bulwar Rodła, Flisacka, Kościuszki (lewa część jezdni), Królowej Jadwigi, Jaxy Gryfity, Emaus, Focha (część deptaka), **aleja 3 Maja (deptak) – meta**.

D. Trasy posiadają atest PZLA.

## **7. WARUNKI UCZESTNICTWA:**

A. Do startu w półmaratonie oraz biegu na 10 km zostaną dopuszczeni zawodniczki i zawodnicy, którzy:

B. Do dnia 19.03.2017 roku ukończą 18 rok życia;

C. Dokonają zgłoszenia za pośrednictwem formularza dostępnego na stronie internetowej lub zapiszą się bezpośrednio w Biurze Zawodów (pod warunkiem nie wyczerpania limitu uczestników);

D. Uiszczą opłatę startową;

E. Okażą dokument tożsamości i podpiszą oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do startu w biegu oraz znajomości niniejszego regulaminu i jego akceptacji, oświadczenie o zgodzie na wykorzystanie swojego wizerunku do celów promocyjnych biegów organizowanych przez KKB Dystans oraz przetwarzanie danych osobowych na potrzeby przeprowadzenia imprezy.

F. Zawodnicy przed startem mają obowiązek ustawić się w strefie zgodnie z zadeklarowanym przez siebie planowanym czasem ukończenia biegu.

G. Limit czasu na pokonanie trasy:

półmaratonu **3 godziny 15 minut**,

biegu na 10 km **1 godzina 30 minut**.

H. Biegacze, którzy nie dobiegną do linii mety w podanych powyżej czasach są zobowiązani do przerwania biegu. Osoby znajdujące się na trasie po zakończeniu limitu czasu mają obowiązek stosowania się do przepisów ruchu drogowego.

**Uwaga!** Powyższe zastrzeżenia odnoszą się także do zawodników, którzy na 16km trasy znajdują się po upływie 2 godzin i 40 minut.

I. Organizator ustala limit startujących zawodników na :

14. Krakowskiego Półmaratonu Marzanny – 4000 osób

3. Krakowskiego Biegu z Dystansem „Dla małych serc” (10 km) – 1500 osób

J. Pomiar czasu: elektroniczny za pomocą chipów.

K. Pomiar czasu netto. Dla 50 pierwszych zawodników pomiar czasu brutto.

## 8. PROGRAM ZAWODÓW:

### Sobota 18 III 2017

godz. 14:00 - otwarcie Biura Zawodów,  
godz. 21:00 - zamknięcie Biura Zawodów.

### Niedziela 19 III 2017

godz. 7:00 - otwarcie Biura Zawodów,  
godz.10:15 - zakończenie przyjmowania zgłoszeń (półmaraton oraz bieg na 10km),  
godz.10:40 - symboliczne pożegnanie zimy – topienie Marzanny,  
godz.11:00 - start Półmaratonu oraz biegu na 10km,  
godz.14:30 - oficjalne zakończenie zawodów.

## 9. BIURO ZAWODÓW I ZAPLECZE BIEGU:

A. Biuro zawodów będzie znajdowało się w pomieszczeniach pod trybuną wschodnią Stadionu Miejskiego im. Henryka Reymana (wejście od ul. Reymana).

B. Biuro Zawodów czynne:

- w dniu 18.03.2017 r. w godzinach 14.00-21.00,
- w dniu 19.03.2017 r. w godzinach 7.00-10.15.

C. Depozyt odzieży czynny w godz. 8:30-14:30 (worki na odzież będą do pobrania przy depozycie).

D. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe zdeponowane w przechowalni.

E. Organizator zapewnia podręczny depozyt w okolicy startu biegu na 10km; który zostanie dostarczony do depozytu głównego (w okolicy mety).

## 10. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA:

A. Zgłoszenia:

- elektroniczne: do dnia 12 marca 2017 roku przez formularz zgłoszeniowy na stronie internetowej <http://www.PolmaratonMarzanny.pl/formularz-zapisow>;
- w Biurze Zawodów w dniach 18-19 marca 2017 r.

B. Opłata startowa wynosi odpowiednio:

Forma wpłaty	Termin	21km	10km
przelew	do 8.01.2017 (niedziela)	55 zł	40 zł
przelew	do 26.02.2017 (niedziela)	70 zł	45 zł
przelew	do 12.03.2017 (niedziela)	90 zł	50 zł
gotówka w Biurze Zawodów (pod warunkiem niewyczerpania limitów 4000 osób – półmaraton i 1500 osób – bieg 10km)	w dniach 18-19.03.2017 (sobota, niedziela)	110 zł	70 zł

C. Opłatę startową wnosi się po zakończeniu rejestracji. Opłaty dokonuje się za pomocą automatycznego systemu płatności, dostępnego na stronie internetowej <http://www.polmaratonmarzanny.pl/formularz-zapisow>

Opłatę startową można również wpłacić tradycyjnie na konto:  
KKB Dystans, ul. Glinik 108a, 31-990 Kraków,

## **Alior Bank 64 2490 0005 0000 4600 6282 7338**

W przypadku rejestracji w Biurze Zawodów opłaty będzie można dokonać w kasie Biura Zawodów gotówką w PLN.

Tytuł przelewu - odpowiednio:

- Półmaraton Marzanny 2017, imię i nazwisko, rok urodzenia zawodnika;
- III Bieg z Dystansem "Dla małych serc", imię i nazwisko, rok urodzenia zawodnika.

Opłata raz wniesiona nie podlega zwrotowi.

D. Opłata może być scedowana na innego uczestnika, jednak nie później jak do 28 lutego 2017

**Zapisy Grupowe:** 10% zniżki otrzymują grupy minimum 10 osób uczestniczące (w 14. Krakowskim Półmaratonie Marzanny i w 3. Krakowskim Biegu z Dystansem „Dla małych serc” – 10 km)

1. Członkowie grupy zapisują się na listę startową indywidualnie
2. Koordynator grupy tworzy listę uczestników grupy
3. Koordynator grupy przesyła mailem listę grupy na adres: dystans@dystans.krakow.pl
4. Koordynator grupy dokonuje zbiorczej opłaty na konto biegu
5. Do wcześniej podanej listy przez koordynatora nie można się dopisać indywidualnie.
6. Dopisanie kolejnych członków grupy i przelew opłaty startowej musi nastąpić przez tego samego koordynatora, jednak nie może to być mniejsza ilość osób jak 5 osób
7. Członkowie grupy nie muszą należeć do jednego Klubu, Stowarzyszenia lub Grupy Biegowej.
8. Grupa może uczestniczyć w obu biegach np.: 5 osób w 14. Krakowskim Półmaratonie Marzanny i 5 osób w 3. Krakowskim Biegu z Dystansem „Dla małych serc”

### **11. ŚWIADCZENIA ORGANIZATORA:**

- A. Każdy zawodnik otrzyma pakiet startowy, okolicznościową koszulkę, a po zakończeniu biegu pamiątkowy medal.
  - B. Organizator zapewnia napoje na trasie biegu.
  - C. Na trasie oraz na mecie biegów organizator zapewnia opiekę medyczną.
  - D. Po zakończeniu biegu, zawodnicy na podstawie numeru startowego otrzymają ciepły posiłek.
  - E. Po zakończeniu biegu, każdy zawodnik będzie miał możliwość skorzystania z szatni oraz natrysków.
  - F. Organizator zapewnia bezpłatny transport uczestników z biura zawodów na linię startu biegu na 10km.
  - G. Organizator zapewnia udział pacemakerów, którzy pomogą uczestnikom uzyskać czasy netto zgodnie z wybraną strefą czasową: 1:29, 1:39, 1:49, 1:59, 2:09 oraz 2:19.
- UWAGA!** Organizator nie przewiduje umieszczania na punktach odżywczych własnych odżywek zawodników.

### **12. KLASYFIKACJE:**

- A. Generalna kobiet i mężczyzn (10/21.1 km).
- B. Polska – kobiet i mężczyzn (10/21.1 km).

C. kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn (10/21.1 km):

**Kobiety:**

K-18: 18-29 lat  
K-30: 30-39 lat  
K-40: 40-49 lat  
K-50: 50-59 lat  
K-60: 60 lat i powyżej

**Mężczyźni:**

M-18: 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 powyżej

D. Lekarzy – generalna kobiet i mężczyzn.

E. Zespołowa

1. W klasyfikacji zespołowej liczy się suma czasów siedmiu najszybszych zawodników tej samej grupy, klubu lub zespołu.
2. W klasyfikacji zespołowej weźmie udział każdy członek zespołu, który w kolumnie "Klub" wpisze poprawnie nazwę swojego zespołu.
3. Żeby było możliwe przeprowadzenie klasyfikacji, musi wziąć udział w niej co najmniej pięć zespołów.
4. Klasyfikacja się odbędzie osobno w Biegu z Dystansem "Dla małych serc" i Krakowskim Półmaratonie Marzanny "Dla małych serc"

**Uwaga!** kategorie wiekowe obowiązują przy co najmniej 10 osobach w danej grupie wiekowej.

### 13. NAGRODY:

Organizator przewiduje nagrody o wartości:

**Półmaraton:**

A.W klasyfikacji generalnej – OPEN (kobiety i mężczyźni):

za zajęcie I miejsca: 500zł  
za zajęcie II miejsca: 400zł  
za zajęcie III miejsca: 300zł

B. W kategoriach wiekowych (kobiety, mężczyźni)

za zajęcie I miejsca: 150 zł  
za zajęcie II miejsca: 100 zł  
za zajęcie III miejsca: 50 zł

**Bieg na 10km:**

A.W klasyfikacji generalnej (kobiety i mężczyźni):

za zajęcie I miejsca: 400 zł  
za zajęcie II miejsca: 200 zł  
za zajęcie III miejsca: 100 zł

B. W kategoriach wiekowych (kobiety, mężczyźni)

za zajęcie I miejsca: 100 zł  
za zajęcie II miejsca: 80 zł  
za zajęcie III miejsca: 50 zł

**Klasyfikacja Polska – Półmaraton** (kobiety i mężczyźni):

za zajęcie I miejsca:	2000 zł
za zajęcie II miejsca:	1500 zł
za zajęcie III miejsca:	1000 zł

**Klasyfikacja Polska – 10 km** (kobiety i mężczyźni)

za zajęcie I miejsca:	1000 zł
za zajęcie II miejsca:	800 zł
za zajęcie III miejsca:	500 zł

**Klasyfikacja Zespołowa – Półmaraton**

za zajęcie I miejsca:	500 zł
za zajęcie II miejsca:	300 zł
za zajęcie III miejsca:	200 zł

**Klasyfikacja Zespołowa – 10 km**

za zajęcie I miejsca:	500 zł
za zajęcie II miejsca:	300 zł
za zajęcie III miejsca:	200 zł

- A. Nagrody w kategoriach generalnych zostaną wypłacone na konto po uzyskaniu (negatywnych) wyników ewentualnej kontroli antydopingowej.
- B. Zawodnicy nagrodzeni w kategorii OPEN i kategorii Polska nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych.
- C. Zawodnikom, którzy otrzymają nagrody o wartości powyżej 760zł, zgodnie z obowiązującymi przepisami podatkowymi zostanie potrącony podatek dochodowy od osób fizycznych.

**12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- A. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- B. Numery startowe należy umieścić z przodu, na odzieży wierzchniej, tak by były widoczne dla sędziów przez cały czas biegu.
- C. Podczas zawodów może być przeprowadzona kontrola antydopingowa.
- D. Ponieważ część ulic w historycznym centrum miasta posiada nawierzchnię z kostki brukowej niemożliwy jest udział zawodników poruszających się na wózkach, rolkach, itp.
- E. Przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
- F. Organizator dopuszcza odbiór numeru i pakietu startowego przez osoby trzecie, po przekazaniu w Biurze Zawodów pisemnego upoważnienia uczestnika. Upoważnienie można wydrukować ze strony biegu.
- G. Do udziału w zawodach dopuszcza się wyłącznie zawodników w obuwiu sportowym.
- H. Zawodnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność (zaleca się przeprowadzenia odpowiednich badań lekarskich oraz ubezpieczenie się we własnym zakresie).
- I. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- J. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.
- K. Organizator ze względu na bezpieczeństwo zaleca nieużywanie sprzętu muzycznego (jak

- np. odtwarzacze mp3, radiodbiorniki, telefony komórkowe, itp.) w szczególności w sposób uniemożliwiający kontakt z innymi uczestnikami lub organizatorami (przepisy PZLA i IAAF).
- L. Zawodnicy poruszający się poza wyznaczoną trasą będą zdyskwalifikowani.
  - Ł. W celu zapewnienia bezpieczeństwa, wszystkich zawodników obowiązuje bezwzględne stosowanie się do zaleceń służb zabezpieczających trasę biegu.
  - M. Organizator nie dopuszcza udziału w biegu na 10 km zawodników Nordic Walking.
  - N. Organizator nie dopuszcza udziału w biegu zawodników biegnących ze zwierzętami na smyczy.
  - O. Pisemne protesty przyjmuje Sędzia Główny Zawodów do godziny 14:30 w dniu odbywania się biegu.
  - P. Organizatorzy zastrzegają sobie ostateczne prawo wiążącej interpretacji regulaminu w sytuacjach spornych.

**Dyrektor Biegu**

**Kamil Wojtas**