



# BIEG ŚLADAMI BOGUSŁAWA X

1.05.2015r.- ŁĄCKO - dystans 10 km



## REGULAMIN

### CEL:

- promocja Gminy Postomino, Łącka i okolic na terenie kraju;
- propagowanie zdrowego stylu życia;
- popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej z historią w tle na biegowej trasie;

### ORGANIZATORZY:

- Gmina Postomino;
- Centrum Kultury i Sportu w Postominie
- Sołectwo Łącko

### TERMIN I MIEJSCE:

- 1 maja 2015 r. (piątek), godz. 12<sup>00</sup> – START i META – Łącko (wiata przy jeziorze Wicko);

### POMIAR CZASU:

- elektroniczny z wykorzystaniem chipów zwrotnych;

### ZAPISY:

- Prowadzone są poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego lub w biurze zawodów (namiot przy przystani)
- przyjmowanie zgłoszeń, wpisowego, odbiór numerów startowych w biurze zawodów do godz. 11.45;
- limit uczestników biegu wynosi **150 osób**;
- zapisy mogą zostać zamknięte, w momencie gdy zostanie uzyskany limit uczestników;
- na liście startowej ukażą się zawodnicy, którzy w dokonali pełnego zgłoszenia wraz z opłatą.
- Samo zgłoszenie nie gwarantuje startu w biegu.

### TRASA:

- 2 pętle po 5000m uliczkami Łącka i Jezierzan, ze startem i metą w Łącku przy jeziorze „Wicko” (bruk, asfalt, droga szutrowa);;
- 1 punkt żywnościowy, medyczny na trasie biegu;

### PROGRAM:

- 9.00-11.45 – Zapisy w biurze zawodów;
- 12.00 - Start biegu;
- 14.00 - Podsumowanie - ceremonia

### NAGRODY:

- wszyscy uczestnicy otrzymują okolicznościowy medal;
- miejsca I-III w kategorii open kobiet i mężczyzn nagrody pieniężne:

I miejsce - **500,00 zł**, II miejsce - **300,00 zł**, III miejsce - **200,00 zł**

- miejsca I-III w kategorii open kobiet i mężczyzn - Puchary Wójta Gminy Postomino;
- miejsca IV-VI – nagrody rzeczowe;
- najstarszy i najstarsza zawodniczka - nagrody rzeczowe;

### OPLATA STARTOWA:

- opłaty za udział w **XVI Biegu „Śladami Bogusława X” Łącko 2015** wnosi się poprzez płatność online – przekierowanie do płatności w formularzu zgłoszeniowym (link na stronach internetowych: [www.domtel-sport.pl](http://www.domtel-sport.pl), [www.ckis.postomino.pl](http://www.ckis.postomino.pl)) lub przelewem na konto bankowe Organizatora:

*Centrum Kultury i Sportu w Postominie*

*76-113 Postomino 97*

*Bank Spółdzielczy w Ustce, Oddział w Postominie*

*15-9315-0004-0022-3861-2000-0010*

*Z dopiskiem – Bieg Śladami Bogusława X, nazwisko, imię, data urodzenia, adres zawodnika*

- **Wysokość opłaty uzależniona od terminu wpłaty:**  
do dnia 26 kwietnia 2015 r. – **20,00 zł**;  
po upływie w/w terminu opłata wynosi **30,00 zł** i będzie można ją uiścić wyłącznie gotówką w Sekretariacie Biegu, przy odbiorze numeru startowego ;  
**zwolnieni z opłat są:**
  - członkowie Klubu Biegacza „Bryza” Postomino;
  - zawodniczki, które w dniu 1 maja 2015 r. mają ukończony 60 rok życia (urodzone przed 1 maja 1955 r.);
  - zawodnicy, którzy w dniu 1 maja 2015 r. mają ukończony 65 rok życia (urodzeni przed 1 maja 1950 r.);
- nie ma możliwości scedowania wniesionej przez zawodnika opłaty na inną osobę ani jej zwrotu – nawet w przypadku nie wzięcia udziału w Biegu;
- wniesienie opłaty nie upoważnia zawodnika do otrzymania medalu czy innych świadczeń, które przysługują albo wydawane są wyłącznie osobom biorącym udział w Biegu;

#### **WARUNKI UCZESTNICTWA:**

- Zawodnicy powinni:
  - mieć ukończone 16 lat;
  - złożyć w Biurze Biegu aktualne badania lekarskie lub własnoręcznie podpisane oświadczenie o stanie zdrowia (w przypadku osób niepełnoletnich oświadczenie w ich imieniu składa opiekun prawny);

#### **POSTANOWIENIA KOŃCOWE:**

- koszty organizacyjne pokrywają Organizatorzy
- koszty uczestnictwa ponoszą zawodnicy
- Organizatorzy nie zapewniają noclegów
- opiekę medyczną, obsługę sędziowską zapewniają Organizatorzy
- uczestnicy ubezpieczeni są od następstw nieszczęśliwych wypadków
- Organizatorzy nie zapewniają szatni i natrysków;
- wszyscy uczestnicy otrzymują gorący posiłek (grochówkę);
- bieg odbędzie się bez względu na pogodę
- interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Organizatorów

# SERDECZNIE ZAPRASZAMY



**Gmina  
Postomino**

