

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

Regulamin Lisieckiego Półmaratonu (regulamin Lisieckiej Piątki od strony 7)

I. ORGANIZATOR

1. Stowarzyszenie Biegowe Pogórze – Bartkowa
2. Fundacja im. ks. Siemaszki
3. Runonline.pl - Centrum Treningu Biegowego

II. CEL BIEGU

1. Promocja aspektów prozdrowotnych aktywności fizycznej.
2. Promocja biegania, jako najprostszej formy aktywności fizycznej w każdym wieku.
3. Promocja walorów turystycznych Gminy Liszki oraz Gminy Czernichów.
4. Promocja działalności Fundacji im. ks. Siemaszki, Centrum Edukacyjnego „Radosna Nowina 2000” oraz Liceum Ogólnokształcącego w Piekarach.

III. PATRONAT HONOROWY

1. Marszałek Województwa Małopolskiego - Jacek Krupa
2. Wójt Gminy Liszki - Paweł Miś
3. Wójt Gminy Czernichów - Szymon Łytek

IV. TERMIN I MIEJSCE

1. Termin: 10.04.2016r. (niedziela). Start godzina 09:45
2. Miejsce: Centrum Edukacyjne „Radosna Nowina 2000” Piekary k.Krakowa
3. Długość trasy wynosi 21,0975 km i została wyznaczona z zachowaniem reguł ujętych w przepisach PZLA.
 - odległość startu od mety - poniżej długości połowy trasy 0,0 m (wartość dopuszczalna 10,5km)
 - różnica wysokości Mety względem Startu wynosi 0,0 m (wartość dopuszczalna -21m)
 - pomiar skalibrowanym kołem mierniczym
4. Szczegółowy plan oraz profil trasy dostępny będzie na [stronie internetowej organizatora](#) oraz [stronie Fundacji im. ks. Siemaszki](#).
5. Limit czasu na ukończenie biegu wynosi 3 godziny.
6. W pakiecie startowym znajdować się będzie pamiątkowa techniczna koszulka na ramiączka - singlet. Kolejne elementy pakietu startowego podawane będą na bieżąco na stronie internetowej biegu.

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

7. Każdy uczestnik, który ukończy bieg w regulaminowym czasie otrzyma na mecie wyjątkową pamiątkę - medal z imieniem i nazwiskiem. Warunkiem otrzymania medalu z własnym imieniem i nazwiskiem jest zapisanie się i opłacenie wpisowego do 30.03.2016. Pozostałe osoby otrzymają medal bez imienia i nazwiska.

V. UCZESTNICTWO I ZGŁOSZENIA

1. Prawo startu w biegu mają wyłącznie osoby, które urodziły się w roku 2002 lub wcześniej.
2. Osoby niepełnoletnie zobowiązuje się do przedstawienia Oświadczenia Rodzica lub Opiekuna Prawnego o zdolności dziecka do udziału w biegu.
3. W biegu mogą wziąć udział osoby, które wypełniły formularz zgłoszeniowy (w formie elektronicznej lub w biurze zawodów) oraz dokonały opłaty wpisowej.
4. Zgłoszenia można dokonać drogą elektroniczną ([link](#)) lub w Biurze Zawodów.
5. **Biuro Zawodów będzie otwarte od godziny 7:00 do 9:15 w dniu zawodów 10.04.2016** na terenie Centrum Edukacyjnego „Radosna Nowina 2000” w Piekarach k. Krakowa.
6. Limit uczestników w II Lisieckim Półmaratonie wynosi 500 osób.

VI. OPŁATY

1. Opłata wpisowa wynosi:
 - **39 złotych – do 15 Stycznia**
 - **49 złotych – do 15 lutego**
 - **59 złotych – do 15 marca**
 - **69 złotych – do 30 marca**
 - **79 złotych - do 5 kwietnia**
 - **80 złotych - w Biurze Zawodów**

W pakiecie startowym znajdować się będzie pamiątkowa techniczna **koszulka na ramiączka - singlet**. Kolejne elementy pakietu startowego podawane będą na bieżąco na stronie internetowej biegu. Każdy uczestnik, który ukończy bieg w regulaminowym czasie otrzyma na mecie wyjątkową pamiątkę - **medal z imieniem i nazwiskiem**. Warunkiem otrzymania medalu z własnym imieniem i nazwiskiem jest zapisanie się i opłacenie wpisowego do 30.03.2016. Pozostałe osoby otrzymają medal bez imienia i nazwiska.

UWAGA! Osoby, które dokonują opłaty w Biurze Zawodów **nie mają gwarancji pełnego pakietu startowego!**

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

2. Opłatę startową za udział w II Lisieckim Półmaratonie dokonujemy na konto:

**STOWARZYSZENIE BIEGOWE PODGÓRZE BARTKOWA
BARTKOWA - POSADOWA 375
33-318 GRÓDEK N/D**

Tytuł: 2. Lisiecki Półmaraton, Imię i Nazwisko, data urodzenia

Numer konta: 49 1950 0001 2006 6725 5138 0002

3. W przypadku nie pojawienia się potwierdzenia wpłaty na liście startowej prosimy o kontakt – imprezy.runonline@gmail.com
4. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
5. Odbiór pakietów startowych tylko w godzinach pracy biura zawodów.
6. Organizator nie odpowiada za zaginięcie przekazu pocztowego lub przelewu bankowego z winy poczty lub banku.
7. Organizator zastrzega sobie możliwość zwolnienia z opłaty startowej specjalnie zaproszonych gości. Organizator zastrzega sobie prawo do obniżenia opłaty startowej wolontariuszom oraz innym osobom pomocnym w organizacji biegu.

VII. KLASYFIKACJE I NAGRODY

1. Podczas II Lisieckiego Półmaratonu prowadzone będą następujące klasyfikacje wiekowe:

Mężczyźni:

M1 - 14-29 lat (roczniki 2002-1987)

M2 - 30-39 lat (roczniki 1986-1977)

M3 - 40-49 lat (roczniki 1976-1967)

M4 - 50-59 lat (roczniki 1966-1957)

M5 - 60 lat i więcej (rocznik 1956 i starsi)

Kobiety:

K1 - 14-29 lat (roczniki 2002-1987)

K2 - 30-39 lat (roczniki 1986-1977)

K3 - 40-49 lat (roczniki 1976-1967)

K4 - 50-59 lat (roczniki 1966-1957)

K5 - 60 lat i więcej (rocznik 1956 i starsze)

Nagrody: miejsca 1-3 wg czasów brutto.

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

2. Klasyfikacje dodatkowe (oddzielnie kobiet oraz mężczyzn)

- **Pracowników administracji samorządowej**
- **Nauczycieli**
- **Mieszkańców Gminy Liszki**
- **Mieszkańców Gminy Czernichów**

Nagrody miejsca 1-3 wg czasów netto. Dodatkowo dyplomy w klasyfikacji mieszkańców Gminy Liszki i Czernichów dla miejsc 4-10.

3. Nagrody Rzeczowe

VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- ✓ Uczestnik biegu ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i winien stosować się do przepisów ruchu drogowego, oraz wskazań osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo, służb porządkowych i osób działających w imieniu organizatora.
- ✓ Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.
- ✓ Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
- ✓ Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte z przodu do koszulki startowej. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji.
- ✓ Warunkiem sklasyfikowania zawodnika jest przebiegnięcie po zatwierdzonej trasie 21,0975 kilometrów i ukończenie biegu w regulaminowym czasie 3 godzin.
- ✓ Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu do godziny 12.45 są zobowiązani do przerwania biegu i opuszczenia trasy. Ktokolwiek pozostanie na trasie po upływie tego czasu, ponosi za to odpowiedzialność własną, stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.
- ✓ Zabrania się używania na trasie biegu jakichkolwiek pojazdów, poza pojazdami organizatora oraz odpowiednich służb kierujących ruchem. Zabroniony jest również start ze zwierzętami.
- ✓ Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Oświadczenie dotyczące startu na własną odpowiedzialność będzie podpisywane przed wydaniem numeru startowego.
- ✓ Organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

- ✓ **Uczestnicy na mecie zwracają chipy pomiarowe.** Uczestnicy, którzy nie zwrócą chipa pomiarowego na mecie zobowiązują się do zapłacenia kary finansowej w wysokości 100 złotych.
- ✓ Uczestnicy odpowiadają finansowo za wyrządzone przez siebie szkody powstałe na terenie Centrum Edukacyjnego Radosna Nowina 2000 w Piekarach
- ✓ Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora. O zmianach w regulaminie Organizator będzie informował na stronie internetowej.
- ✓ W sprawach nieujętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

IX. CYKL „BIEGAM W MAŁOPOLSCE” 2015/2016

1. Patronat Honorowy: Jacek Krupa - Marszałek Województwa Małopolskiego
2. Cykl „Biegam w Małopolsce” to cykl składający się z czterech imprez biegowych:
 - I Tarnowska Dyszka - 22.11.2015 – dystans 10 km
 - II Myślenicki Bieg Uliczny - 13.03.2016 – dystans 10 km
 - II Lisiecki Półmaraton - 10.04.2016 – dystans 21,0975 km
 - V Bieg nad Jeziorem Rożnowskim - 10.07.2015 – dystans 10 km
 - II Tarnowska Dyszka - listopad 2016 - dystans 10 km

X. KLASYFIKACJE CYKLU „BIEGAM W MAŁOPOLSCE”

1. Nagrody w cyklu przyznawane będą w następujących kategoriach wiekowych:

Kobiet:

- K 15-19 (2002-1997)
- K 20-24 (1996-1992)
- K 25-29 (1991-1987)
- K 30-34 (1986-1982)
- K 35-39 (1981-1977)
- K 40-44 (1976-1972)
- K 45-49 (1971-1967)
- K 50-54 (1966-1962)
- K 55-59 (1961-1957)
- K 60 + (1956 i wcześniej)

Mężczyzn:

- M 15-19 (2002-1997)
- M 20-24 (1996-1992)
- M 25-29 (1991-1987)
- M 30-34 (1986-1982)
- M 35-39 (1981-1977)
- M 40-44 (1976-1972)
- M 45-49 (1971-1967)
- M 50-54 (1966-1962)
- M 55-59 (1961-1957)
- M 60-69 (1956-1947)
- M 70 + (1946 i wcześniej)

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

XI. PUNKTACJA CYKLU „BIEGAM W MAŁOPOLSCE”

1. Zawodnicy rywalizujący w poszczególnych kategoriach wiekowych zdobywają za osiągnięte miejsca w biegach: I Tarnowskiej Dyszce, II Myślenickim Biegu Ulicznym, II Lisieckim Półmaratonie, V Biegu nad Jeziorem Rożnowskim, II Tarnowskiej Dyszce następującą ilość punktów:

Miejsce w kat. wiekowej	1 m-ce	2 m-ce	3 m-ce	4 m-ce	5 m-ce	6 m-ce	7 m-ce	8 m-ce	9 m-ce	10 m-ce
Liczba uzyskanych punktów	100	90	80	75	70	65	60	55	50	45
Miejsce w kat. wiekowej	11 m-ce	12 m-ce	13 m-ce	14 m-ce	15 m-ce	16 m-ce	17 m-ce	18 m-ce	19 m-ce	20 m-ce
Liczba uzyskanych punktów	40	38	36	34	32	30	28	26	24	22

Miejsce w kat. wiekowej	21 m-ce	22 m-ce	23 m-ce	24 m-ce	25 m-ce	26 m-ce	27 m-ce	28 m-ce	29 m-ce	30 m-ce
Liczba uzyskanych punktów	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2

UWAGA! Osoby, które zostały sklasyfikowane poza pierwszą 30 w swojej kategorii wiekowej otrzymują 1 punkt dla potwierdzenia udziału w poszczególnych biegach.

XII. NAGRODY W CYKLU

1. Nagrodzone zostaną osoby, które zajmą miejsca od 1-10 w poszczególnych kategoriach wiekowych.
2. Zwycięzcy poszczególnych kategorii wiekowych otrzymają tytuł Mistrza swojej kategorii wiekowej za rok 2015.
3. Za miejsca I - X zawodnicy otrzymają pamiątkowe dyplomy.
4. W miarę pozyskanych sponsorów możliwe są również nagrody rzeczowe.
5. Oficjalne wręczenie nagród i wyróżnień cyklu 2015/2016 planowane jest podczas III Myślenickiego Biegu Ulicznego w 2017 roku. Informacje o uroczystym zakończeniu jak również inne ważne informacje podawane będą na bieżąco na stronie internetowej Organizatora – www.runonline.pl

Organizatorzy Cyklu Biegam w Małopolsce
Stowarzyszenie Biegowe Pogórze-Bartkowa

Kacper Piech oraz Gabriela Rolka

www.runonline.pl

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

Regulamin Lisieckiej Piątki

I. ORGANIZATOR

1. Stowarzyszenie Biegowe Pogórze – Bartkowa
2. Fundacja im. ks. Siemaszki
3. Runonline.pl - Centrum Treningu Biegowego

II. CEL BIEGU

1. Promocja aspektów prozdrowotnych aktywności fizycznej.
2. Promocja biegania, jako najprostszej formy aktywności fizycznej w każdym wieku.
3. Promocja walorów turystycznych Gminy Liszki oraz Gminy Czernichów
4. Promocja działalności Fundacji im. ks. Siemaszki, Centrum Edukacyjnego „Radosna Nowina 2000” oraz Liceum Ogólnokształcącego w Piekarach.

III. PATRONAT HONOROWY

1. Marszałek Województwa Małopolskiego - Jacek Krupa
2. Wójt Gminy Liszki - Paweł Miś
3. Wójt Gminy Czernichów - Szymon Łytek

IV. TERMIN I MIEJSCE

1. Termin: 10.04.2016r. (niedziela). Start godzina 09:45
2. Miejsce: Centrum Edukacyjne „Radosna Nowina 2000” Piekary k.Krakowa
3. Długość trasy wynosi 5 km i została wyznaczona z zachowaniem reguł ujętych w przepisach PZLA.
 - odległość startu od mety - poniżej długości połowy trasy 0,0 m (wartość dopuszczalna 2,5 km)
 - różnica wysokości Mety względem Startu wynosi 0,0 m (wartość dopuszczalna -5m)
 - pomiar skalibrowanym kołem mierniczym
4. Szczegółowy plan oraz profil trasy dostępny będzie na [stronie internetowej organizatora](#) oraz [stronie Fundacji im. ks. Siemaszki](#).
5. Limit czasu na ukończenie biegu wynosi 40 minut.
6. Każdy uczestnik, który ukończy bieg w regulaminowym czasie otrzyma na mecie wyjątkową pamiątkę - medal z imieniem i nazwiskiem. Warunkiem otrzymania medalu z własnym imieniem i nazwiskiem jest zapisanie się i opłacenie wpisowego do 30.03.2016. Pozostałe osoby otrzymają medal bez imienia i nazwiska.

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

V. UCZESTNICTWO I ZGŁOSZENIA

1. Prawo startu w biegu mają wyłącznie osoby, które urodziły się w roku 2002 lub wcześniej.
2. Osoby niepełnoletnie zobowiązuje się do przedstawienia Oświadczenia Rodzica lub Opiekuna Prawnego o zdolności dziecka do udziału w biegu.
3. W biegu mogą wziąć udział osoby, które wypełniły formularz zgłoszeniowy (w formie elektronicznej lub w biurze zawodów) oraz dokonały opłaty wpisowej.
4. Zgłoszenia można dokonać drogą elektroniczną ([link](#)) lub w Biurze Zawodów.
5. **Biuro Zawodów będzie otwarte od godziny 7:00 do 9:15 w dniu zawodów 10.04.2016** na terenie Centrum Edukacyjnego „Radosna Nowina 2000” w Piekarach k. Krakowa.
6. Limit uczestników Lisieckiej Piątki wynosi 150 osób.

VI. OPŁATY

1. Opłata wpisowa wynosi:
 - **29 złotych – do 15 lutego**
 - **39 złotych – do 30 marca**
 - **49 złotych - do 5 kwietnia**
 - **50 złotych - w Biurze Zawodów**

UWAGA! Osoby, które dokonują opłaty w Biurze Zawodów **nie mają gwarancji pełnego pakietu startowego!**

Każdy uczestnik, który ukończy bieg w regulaminowym czasie otrzyma na mecie wyjątkową pamiątkę - **medal z imieniem i nazwiskiem**. Warunkiem otrzymania medalu z własnym imieniem i nazwiskiem jest zapisanie się i opłacenie wpisowego do 30.03.2016. Pozostałe osoby otrzymają medal bez imienia i nazwiska.

2. Opłatę startową za udział w Lisieckiej Piątce dokonujemy na konto:

STOWARZYSZNIIE BIEGOWE PODGÓRZE BARTKOWA

BARTKOWA - POSADOWA 375

33-318 GRÓDEK N/D

Tytuł: 2. Lisiecki Półmaraton, Imię i Nazwisko, data urodzenia

Numer konta: 49 1950 0001 2006 6725 5138 0002

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

3. W przypadku nie pojawienia się potwierdzenia wpłaty na liście startowej prosimy o kontakt – imprezy.runonline@gmail.com
4. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
5. Odbiór pakietów startowych tylko w godzinach pracy biura zawodów.
6. Organizator nie odpowiada za zaginięcie przekazu pocztowego lub przelewu bankowego z winy poczty lub banku.
7. Organizator zastrzega sobie możliwość zwolnienia z opłaty startowej specjalnie zaproszonych gości. Organizator zastrzega sobie prawo do obniżenia opłaty startowej wolontariuszom oraz innym osobom pomocnym w organizacji biegu.

VII. KLASYFIKACJE I NAGRODY

1. Podczas Lisieckiej Piątki prowadzone będą następujące klasyfikacje wiekowe:

Mężczyźni OPEN

Kobiety OPEN

Nagrody: miejsca 1-3 wg czasów brutto.

2. Klasyfikacje dodatkowe (oddzielnie kobiet oraz mężczyzn)

➤ **Mieszkańców Gminy Liszki**

➤ **Mieszkańców Gminy Czernichów**

Dyplomy od miejsca I do VI.

3. Nagrody rzeczowe

VIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- ✓ Uczestnik biegu ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i winien stosować się do przepisów ruchu drogowego, oraz wskazań osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo, służb porządkowych i osób działających w imieniu organizatora.
- ✓ Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.
- ✓ Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
- ✓ Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte z przodu do koszulki startowej. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji.
- ✓ Warunkiem sklasyfikowania zawodnika jest przebiegnięcie po zatwierdzonej trasie 5 kilometrów i ukończenie biegu w regulaminowym czasie 40 minut.

Cykl „Biegam w Małopolsce”

II Lisiecki Półmaraton i Lisiecka Piątka

- ✓ Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu do godziny 10.25 są zobowiązani do przzerwania biegu i opuszczenia trasy. Ktokolwiek pozostanie na trasie po upływie tego czasu, ponosi za to odpowiedzialność własną, stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.
- ✓ Zabrania się używania na trasie biegu jakichkolwiek pojazdów, poza pojazdami organizatora oraz odpowiednich służb kierujących ruchem. Zabroniony jest również start ze zwierzętami.
- ✓ Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Oświadczenie dotyczące startu na własną odpowiedzialność będzie podpisywane przed wydaniem numeru startowego.
- ✓ Organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.
- ✓ **Uczestnicy na mecie zwracają chipy pomiarowe.** Uczestnicy, którzy nie zwrócą chipa pomiarowego na mecie zobowiązują się do zapłacenia kary finansowej w wysokości 100 złotych.
- ✓ Uczestnicy odpowiadają finansowo za wyrządzone przez siebie szkody powstałe na terenie Centrum Edukacyjnego Radosna Nowina 2000 w Piekarach
- ✓ Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora. O zmianach w regulaminie Organizator będzie informował na stronie internetowej.
- ✓ W sprawach nieujętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

Organizatorzy Cyklu Biegam w Małopolsce
Stowarzyszenie Biegowe Pogórze-Bartkowa

Kacper Piech oraz Gabriela Rolka

www.runonline