

Bieg Zająca



REGULAMIN

3. BIEG ZAJĄCA - Legionowo 2017 (edycja świąteczna)

16.12.2017 r.

Malownicza trasa leśna w Legionowie

Biegi Dzieci od godz. 10:30

Bieg dla niepełnosprawnych o godz. 12:00

Bieg Główny o godz. 13:00

I. CEL.

1. Wpieranie osób chorych i niepełnosprawnych ze szczególnym uwzględnieniem chorych na stwardnienie rozsiane
2. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako zdrowej i prostej formy sportu oraz wypoczynku.
3. Integracja środowisk osób chorych i niepełnosprawnych z osobami zdrowymi.
4. Promocja województwa mazowieckiego, Powiatu Legionowskiego.
5. Promocja Lasów Państwowych i Nadleśnictwa Legionowo
6. Wkład w promocję masowych imprez biegowych w województwie mazowieckim.
7. Promocja aktywnego, rodzinnego spędzania czasu.
8. Promocja i umożliwienie współzawodnictwa sportowego.
9. Edukacja dzieci, młodzieży oraz osób dorosłych w zakresie udzielania pierwszej pomocy oraz komunikacji z osobami chorymi i niepełnosprawnymi.

II. PATRONAT HONOROWY.

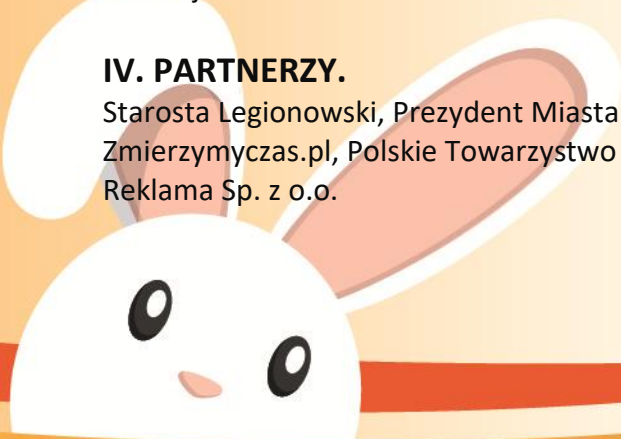
Starosta Legionowski, Prezydent Miasta Legionowo oraz Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego

III. ORGANIZATOR.

Fundacja ACTIVE LIFE

IV. PARTNERZY.

Starosta Legionowski, Prezydent Miasta Legionowo, Nadleśnictwo Jabłonna, Maratonypolskie.pl, Zmierzymyczas.pl, Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego, LM Promotion, Astrum Reklama Sp. z o.o.



Bieg Zajaca



V. PLANOWANE ATRAKCJE:

Bieg główny - BIEG ZAJACA 10 km

Bieg z wolontariuszem „zającem” dla osób chorych i niepełnosprawnych – do 2 km

Bieg towarzyski młodzieżowy – 1000 m

Bieg towarzyski zajaczka dla najmłodszych – 200 m

VI. TERMIN I MIEJSCE.

16.12.2017 r. - trasa leśna w Legionowie

Start biegów towarzyszących (dla dzieci): godz.10:30

Start biegu Głównego: godz.13:00 – bieg na dystansie 10 km (przełaj)

Start biegu chorych i niepełnosprawnych: godz. 12:00 (odrębna strefa startowa)

Uwaga: może wystąpić przesunięcie godziny startu biegu głównego 10 km, ze względu na możliwość przebywania na trasie osób niepełnosprawnych (czekamy na dobiegnięcie do mety ostatniego niepełnosprawnego biegacza).

Przebieg trasy: w załączeniu

Limit czasu:

1. Limit czasu dla 10 km – 2 godziny.
2. Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy, zdjęcia numeru oraz chipu i oddania go do organizatora. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowne do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.
3. Trasa będzie posiadała pionowe oznaczenia dystansu co 1 kilometr, licząc od startu do mety.
4. Będzie prowadzony Elektroniczny Pomiar Czasu przez firmę: zmierzymyczas.pl
5. Bieg Główny będzie prowadzony przez pilota.

Punkty odżywiania. Na trasie będzie punktu odżywiania (banany)

Punkt z wodą. Na trasie nie będzie punktu z wodą.

Punkty odświeżania. Na trasie nie będzie punktów odświeżania.

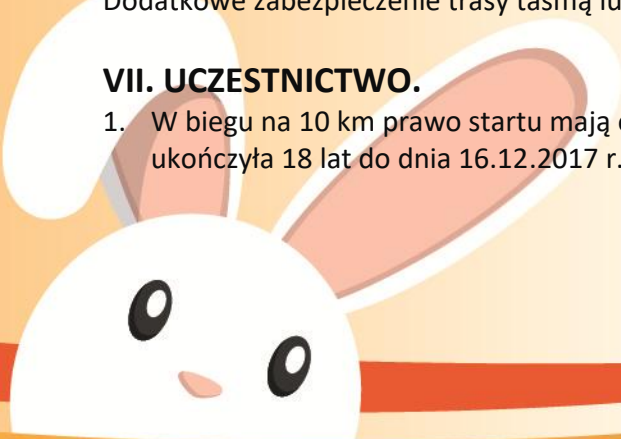
Punkty medyczne – KARETKA + Ratownik medyczny na mecie.

Punkty zabezpieczające trasę – na trasie będą wolontariusze informujący o kierunku biegu

Dodatkowe zabezpieczenie trasy taśmą lub wstęgami z krepiny.

VII. UCZESTNICTWO.

1. W biegu na 10 km prawo startu mają osoby pełnoletnie. Za pełnoletnią uważa się osobę, która ukończyła 18 lat do dnia 16.12.2017 r.



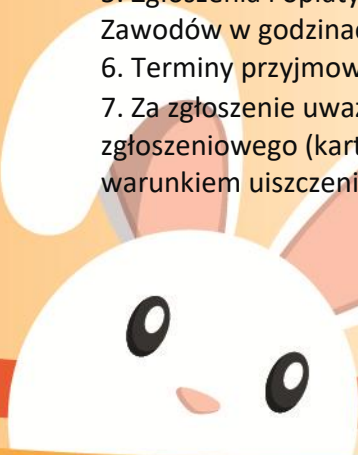
Bieg Zająca



2. Uczestnik, który nie ma ukończonych 18 lat musi dostarczyć zgodę na start podpisaną przez prawnego opiekuna.
3. Wszyscy zawodnicy startujący w Biegu Głównym muszą poddać się weryfikacji w Biurze Zawodów w dniach: w sobotę od godz. 8:00 – 12:00. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem. Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie przedstawienie przez uczestnika do weryfikacji oświadczenia o zdolności do udziału w biegu podpisanego własnoręcznie (podstawa prawna: *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegółowych zasad i warunków prowadzenia działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej Dz.U. nr 101 poz. 1095 z dn. 12.09.2001*).
4. Sędzia Główny i Dyrektor Biegu mogą nie dopuścić zawodników do biegu lub nie pozwolić na jego kontynuowanie ze względów regulaminowych.
5. Uczestnicy imprezy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
6. Pomiar czasu i ustalenie kolejności będzie dokonywane systemem chipów bezzwrotnych umieszczonych w numerze startowym lub zwrotnych (chip należy oddać bezpośrednio po zakończonym biegu).
7. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i jest zobowiązany do jego przestrzegania.
8. Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
9. W dniu biegu będzie czynny magazyn depozytów. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione na terenie zawodów.
10. Zawodnicy będą mieć możliwość bezpłatnego korzystania z toalet.

VIII. ZGŁOSZENIA.

1. **Biuro Organizacyjne 3. BIEG ZAJĄCA** mieścić się będzie na terenie zawodów i czynne będzie w dniu zawodów 16.12.2017 r. godz. 8:00 – 12:00
2. Zgłoszenia przyjmowane są: przez Internet na stronie <http://www.zmierzymyczas.pl> od **04.10.2017 r. do 13.12. 2017 r.** lub do dnia w którym zapisy zostaną zakończone albo w dniu biegu w biurze zawodów 16.12.2017r. do godz. 12:00.
3. Opłatę startową należy uiścić nie później niż do dnia 13.12.2017 r. w formie płatności elektronicznej wg instrukcji wskazanych w formularzu zapisów elektronicznych.
4. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi ani przekazaniu innemu uczestnikowi.
5. Zgłoszenia i opłaty wpisowego przyjmowane są w dniu 16.12.2017 r. tylko osobiście w Biurze Zawodów w godzinach od 8:00 do 12:00.
6. Terminy przyjmowania zgłoszeń i wpłat mogą ulec zmianie decyzją organizatora.
7. Za zgłoszenie uważa się dostarczenie przez zawodnika prawidłowo wypełnionego formularza zgłoszeniowego (karty zgłoszeniowej) oraz wpłacenie opłaty startowej w wysokości **30 zł** (pod warunkiem uiszczenia opłaty **do dnia 20.11.2017 r.**).



Bieg Zająca



Po tym terminie zawodnik może dokonać zgłoszenia wpłacając opłatę startową w wysokości **40 zł do dn. 13.12.2017 r. lub 50 zł w dniu zawodów 16.12.2017r..**

Zapisy do biegu głównego gwarantują bezpłatny start, pakiety oraz nagrody wszystkim osobom niepełnosprawnym !!! POMAGANIE PRZEZ BIEGANIE!

8. Bieg z wolontariuszem „zającem” dla osób chorych i niepełnosprawnych wymaga jedynie rejestracji i jest w pełni zwolniony z opłaty startowej. Konwencja biegu opracowana jest w sposób dający możliwość bezpłatnego startu osobom o różnym stopniu niepełnosprawności oraz zmagającym się z ciężkimi chorobami, np. SM. Każdy uczestnik tej grupy ma możliwość posiadania osobistego wolontariusza „Zająca”, który pomoże w pokonaniu całej trasy.

10. Biegi towarzyskie dla dzieci i młodzieży - zajączka dla najmłodszych oraz młodzieżowy są zwolnione z opłat startowych i nie wymagają rejestracji. Bieg dla najmłodszych nie posiada limitu uczestników.

11. Zawodnicy startujący w biegu towarzyskim, młodzieżowym zapisują się w dniu zawodów w Biurze Zawodów do godz. 10:00.

11. Bieg Główny 10 km – Bieg ZAJĄCA - w ramach wpisowego uczestnik otrzymuje:

- ✓ medal zaprojektowany specjalnie na bieg
- ✓ techniczną koszulkę startową (gwarantowana przy rejestracji do 20.11.2017 r.)
- ✓ numer startowy
- ✓ bon żywnościowy na ciepły posiłek
- ✓ napój regeneracyjny bezpośrednio po zakończeniu biegu
- ✓ ulotki i upominki od sponsorów

12. Wydawanie pakietów startowych do Biegu Głównego oraz do Biegu z wolontariuszem „Zającem” na dystansie do 2 km odbywać się będzie w Biurze Zawodów w dniu 16.12.2017 r. w godzinach od godz. 8:00 do godz. 11:00/12:00

13. W Biegu Głównym na 10 km wziąć może udział maksymalnie 500 zawodników + 100 zawodników w biegu na dystansie do 2 km.. O przyjęciu decydować będzie kolejność zgłoszeń zawodników, którzy opłacą wpisowe. Po niewpłaceniu wpisowego zawodnik zostaje skreślony z listy. W przypadku przyznania takiej liczby numerów zawodnikom, zapisy zostaną zablokowane.

14. W uzasadnionych przypadkach Organizator ma prawo zwiększyć limit zawodników.

IX. KLASYFIKACJE.

1. Klasyfikacja Generalna BIEGU GŁÓWNEGO OPEN KOBIECY/ OPEN MĘŻCZYŹNI (po 3 miejsca)

2. W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn.

Kobiety:

- K - 20 do 29 lat
- K - 30 30-39 lat
- K - 40 40-49 lat
- K - 50 50-59 lat
- K - 60 60+ lat



Bieg Zająca



Mężczyźni:

M – 20 do 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

Zaliczając zawodnika do odpowiedniej kategorii wiekowej, przyjmuje się rok urodzenia, a nie dokładną datę urodzenia. Aby w danej kategorii wiekowej zawodnicy zostali sklasyfikowani, musi ona liczyć minimum 3 zawodników, którzy ukończą bieg w regulaminowym czasie. W przypadku mniejszej ilości zawodników, będą oni klasyfikowani w kategorii o jeden stopień młodszej.

3. Klasyfikacje dodatkowe biegu głównego na 10 km:

Najmłodszy zawodnik Biegu Zająca

Najstarszy zawodnik Biegu Zająca

Najliczniejsza GRUPA Biegowa startująca w Biegu Zająca

X. NAGRODY.

1. W klasyfikacji generalnej OPEN kobiety/mężczyźni

I miejsce - PUCHAR

II miejsce - PUCHAR

III miejsce - PUCHAR

2. W klasyfikacji wiekowej kobiet i mężczyzn:

I miejsce – STATUETKA

II miejsce - MEDAL

III miejsce - MEDAL

+ ewentualne nagrody

3. Wszyscy zawodnicy Biegu Głównego otrzymują pamiątkowe medale (w razie braku medali, zostaną one dosłane na adres zawodnika).

4. Wszyscy zawodnicy biegu towarzyskiego „Zajączka” (dla najmłodszych) otrzymują dyplomy, medale oraz upominki – niespodzianki.

5. Klasyfikacja młodzieżowego biegu towarzyskiego OPEN Dziewczyny i OPEN Chłopcy (po 3 miejsca).

6. Wszyscy zawodnicy młodzieżowego biegu towarzyskiego, otrzymują dyplomy oraz medale.

7. Zawodnicy klasyfikacji dodatkowych otrzymują dyplomy oraz upominki ufundowane przez Partnerów lub Sponsorów Biegu Zająca.

8. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany nagród na inne.



Bieg Zająca



XI. KUMULACJA NAGRÓD.

1. Nagrody w klasyfikacji wiekowej **nie dublują** się z nagrodami w klasyfikacji generalnej OPEN kobiet i mężczyzn.

XII. WYŻYWIENIE.

1. Na trasie podczas Biegu Głównego będzie 1 punkt odżywczy z bananami, zgodnie z pkt. IV regulaminu.
2. Po ukończeniu Biegu Głównego na mecie zawodnicy otrzymają: medal, napój oraz talon na posiłek regeneracyjny.

XIII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE.

1. Bieg Główny odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu na klatce piersiowej.
3. Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
4. Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy.
5. Organizator Biegu Głównego zapewnia ochronę danych osobowych zawodników zgodnie z wymogami Ustawy z dn. 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych.
6. Pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne w terminie do 15 minut po zakończeniu biegu. Protesty można składać po wpłaceniu kaucji w wysokości 500 zł.
7. Wszelkie kwestie sporne dotyczące Biegu Głównego rozstrzyga Sędzia Główny lub Organizator Zawodów, jego decyzje są ostateczne i niepodważalne.
8. Organizator nie ubezpiecza uczestników, którzy biorą udział w Biegu Głównego na własną odpowiedzialność i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
9. Przewidziana jest możliwość kontroli antydopingowej.
10. Dyrektor Biegu Głównego zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników w formie komunikatów pisemnych wywieszonych na tablicy ogłoszeń obok Biura Zawodów, przed rozpoczęciem imprezy.

Dyrektor Biegu Głównego
Anna Smolińska

