V OLESZYCE PÓŁMARATON

IV OLESZYCE NORDIC WALKING

(Biegam bo lubię lasy)

**1. CEL ZAWODÓW**

1. Promocja miasta i gminy Oleszyce, gminy Stary Dzików i powiatu lubaczowskiego, jako miejsca przyjaznego dla ludzi aktywnych.

2. Integracja środowiska biegaczy i miłośników Nordic Walking.

3. Promocja terenów leśnych Nadleśnictwa Oleszyce, jako idealnego miejsca do rekreacji i wypoczynku

4.Promocja biegania i Nordic Walking jako leku na długowieczność.

5. Budowanie społeczeństwa obywatelskiego w oparciu o ideę wolontariatu i filantropii.

**2. ORGANIZATORZY**

1. Stowarzyszenie ,,Czas na pomoc” w Oleszycach .

2. Nadleśnictwo Oleszyce.

3. Starostwo Powiatowe w Lubaczowie.

4. Urząd Gminy w Starym Dzikowie.

5. Urząd Miasta i Gminy w Oleszycach.

**3. TERMIN I MIEJSCE**

1. Zawody odbędą się dnia **11 lutego 2018r. (niedziela).** Start  **o godz. 11.00.** Półmaratonna trasie 2 pętli : I- 9.4 km i II- 11.7 km. Wyścig Nordic Walking na dystansie 1 pętli -9.4km. Trasa może ulec zmianie w zależności od warunków pogodowych.

2. Start i meta biegu znajdować się będzie pod Leśniczówką Zabiała.

3. Szczegółowe trasy i regulamin zostanie umieszczone na stronach internetowych www.czasnapomoc.iap.pl, www.maratonypolskie .pl

4. Długość trasy półmaratonu: **21,097km.-bez atestu,** Nordic Walking : **9,4 km.- bez atestu.**

5. Biuro zawodów otwarte w dniu zawodów od godz. 9.00 – Leśniczówka Zabiała .

6. Organizator o godz. 10,00 zapewnia udział na miejscu zawodów w niedzielnej Mszy św. polowej dla uczestników biegu odprawionej przez biegających księży.

**4. TRASA**

Trasa wytyczona na terenie Lasów Państwowych Nadleśnictwa Oleszyce, w większości asfaltowa (możliwość pokrywy śnieżnej), ok. 4km poprowadzona przez utwardzone dukty leśne.   
W razie dużych opadów śniegu trasa zostanie odśnieżona przed startem. W 100% przebiega przez las, na całości jest zamknięty ruch kołowy, oraz zostanie oznaczona pionowo co 1 km. Na wszystkich kluczowych zakrętach i rozwidleniach trasa będzie zabezpieczona będzie przez wolontariuszy.

**5. PUNKTY ODŻYWIANIA**

1. Punkty odżywiania zaopatrzone w napój izotoniczny, wodę niegazowaną i węglowodany będą na 5, 10 i 16 km dla biegaczy i na 5 km dla Nordic.

2. Na mecie zawodów zorganizowane będzie ognisko. Kiełbasę, dodatki, ciepłe napoje dla uczestników zapewniają organizatorzy. Dobrą zabawę i humor zapewniają uczestnicy.

3. Bezpośrednio po biegu zapraszamy na grochówkę z kuchni polowej lub danie wegetariańskie. . **W formularzu zgłoszeniowym prosimy o wybranie opcji ,,wegetariańskie" lub ,,grochówka".** Wydawanie dania wegetariańskiego tylko za okazaniem numeru startowego. Grochówka dla wszystkich chętnych.

**6. ZASADY UCZESTNICTWA**

1. Zawodnicy obowiązkowo wypełniają „Oświadczenie” z własnoręcznym podpisem (załącznik nr 1 regulaminu), że ich stan zdrowia pozwala na udział w zawodach, startują na własną odpowiedzialność, oraz wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych.

2. Każdy uczestnik zawodów jest **zobowiązany** do umieszczenia numeru startowego w miejscu widocznym, na wysokości klatki piersiowej lub pasa pod karą dyskwalifikacji, oraz umocowania chipa pomiarowego na bucie lub nodze poniżej kolana, który **należy zwrócić** w strefie mety.

3. Warunkiem sklasyfikowania zawodnika jest pokonanie zatwierdzonej trasy w regulaminowym czasie **3 godzin**. Zawodnicy którzy nie ukończą biegu lub marszu do 14.00 zobowiązani są do przerwania biegu i dojechania do mety pojazdem z napisem „Koniec Biegu". Ktokolwiek pozostanie na trasie po upływie tego czasu, ponosi za to odpowiedzialność, stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.

4. W zawodach mogą uczestniczyć **tylko** osoby pełnoletnie.

5. Uczestnicy zmagań Nordic Walking oceniani będą przez sędziów**. Żółta kartka** równoznaczna jest 2min. kary, które doliczone zostaną do czasu netto zawodnika na mecie. W naszych koleżeńskich zawodach nie ma dyskwalifikacji na trasie. Każdy uczestnik na mecie otrzyma medal.

6**. Zawodnicy Nordic Walking zobowiązani są do poruszania się prawą stroną trasy, pojedynczo lub maksymalnie we dwie osoby równolegle aby nie tarasować trasy biegaczom.**

7. Prowadzona będzie klasyfikacja Leśników. Prawo do uczestnictwa w zawodach Leśników mają aktualni i emerytowani pracownicy Lasów Państwowych, oraz pracownicy firm świadczących usługi dla Lasów Państwowych. W formularzu zgłoszeniowym proszę wybrać kategorie **,,Leśnicy"**

**7. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA**

1. Zgłoszenia do V Oleszyce Półmaratonu (bieg i Nordic Walking) przyjmowane będą wyłącznie poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie *www.pomiar-czasu.pl* .**Otwarcie zapisów 01.01.2018r.**

2. E-zgłoszenia będą przyjmowane do dnia **5 lutego 2018r**. Po tym terminie zgłoszenie będzie możliwe jedynie po wcześniejszym kontakcie telefonicznym, tel: Zbyszek-**794 719 189,** Marek-**660 099 927** o ile wcześniej nie zostanie wyczerpany limit miejsc.

3. Udział w zawodach możliwy tylko po prawidłowym wypełnieniu formularza zgłoszeniowego, podpisania oświadczenia w biurze zawodów oraz uiszczeniu opłaty startowej.

4. Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wypełnienia limitu zgłoszeń który wynosi **300 osób dla Półmaratonu i 100 osób dla Nordic Walking.** / decyduje kolejność zgłoszeń/.

5.Opłata startowa za udział w IV Oleszyce Półmaratonie i Nordic Walking wynosi  **50zł**. Należy uiścić ją w terminie 14 dni od daty zgłoszenia. Po tym terminie skreślamy z listy startowej.

6. Opłatę jest dobrowolna i należy ją uiścić na konto: Stowarzyszenie ,,Czas na pomoc**" 74 9101 1026 2003 3701 8827 0001.**   
Tytuł przelewu: Darowizna na cele statutowe-……………………….. (imię i nazwisko zawodnika).

7.Osoby, które wniosą opłatę startową po **5 lutym 2018** roku powinny posiadać ze sobą potwierdzenie przelewu podczas weryfikacji w Biurze Zawodów. **Nie ma możliwości wpłat gotówkowych w biurze zawodów.**

8. Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę uczestników na jednym blankiecie wpłaty. W takim wypadku w tytule przelewu należy wpisać imiona i nazwiska uczestników, za których wnoszona jest opłata startowa.

9. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. **Istnieje możliwość przeniesienia raz wniesionej opłaty na innego uczestnika, po kontakcie mailowym (z adresu użytego w rejestracji) z organizatorem.**

10. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik otrzymuje:

- elektroniczny pomiar czasu  
- numer startowy z chipem i agrafkami,  
- gadżet sportowy,  
- napoje na trasie i mecie biegu,  
- medal na mecie,  
- worek na odzież (depozyt),  
- ciepły posiłek po biegu ,  
- świeże powietrze i niezapomniane widoki.  
- sędziowanie Nordic Walking

**8. KLASYFIKACJA**

Prowadzone będą klasyfikacje:

1. Generalna Kobiet i Mężczyzn w Półmaratonie. (Miejsca I-III)

2. Generalna Kobiet i Mężczyzn Nordic Walking. (Miejsca I-III)

3. Wiekowa w Półmaratonie: (Miejsca I-III)  
 Kobiet: K-18, K-30, K-40, K-50, K-60+   
 Mężczyzn: M-18, M-30, M-40, M-50, M-60+

4. Wiekowa Nordic Walking : **(Tylko I miejsce)**  
 Kobiet: K-18, K-30, K-40, K-50, K-60+   
 Mężczyzn: M-18, M-30, M-40, M-50, M-60+

5. Generalna ,,Leśnicy" Kobiet i Mężczyzn w Półmararonie. (Miejsca I-III)

6. Generalna ,,Leśnicy" Kobiet i Mężczyzn w Nordic Walking. (Miejsca I-III)

We wszystkich klasyfikacjach brany jest pod uwagę czas netto oraz rok urodzenia.  
Nagrody z pkt. 1 i 3 oraz pkt. 2 i 4 nie dublują się.

**9. NAGRODY**

Wszyscy uczestnicy naszych zawodów są zwycięzcami.

1. Zawodnicy, którzy ukończą zawody otrzymają na mecie pamiątkowy medal.

2. Zwycięzcy w poszczególnych klasyfikacjach (miejsca I-III) otrzymają statuetki .

3. Organizator zastrzega sobie możliwość ufundowania dodatkowych nagród.

**10. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH**

1. Dane osobowe oraz wizerunek uczestników V Oleszyce Półmaraton będą przetwarzane w celach przeprowadzenia biegu, wyłonienia zwycięzcy, przyznania i wydania nagród oraz publikacji list startowych i wyników oraz wykorzystane zostaną w materiałach fotograficznych i filmowych z biegu.

2. Dane osobowe uczestników Półmaratonu będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w ustawie z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. z 2002 r., Nr 101 poz. 926 z późn. zm.). Administratorem danych osobowych jest Organizator.

3. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.

**11. Postanowienia końcowe:**

1. Organizator zapewnia:

- Opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy w okolicy startu i mety. Zalecane jest posiadanie przy sobie telefonu celem poinformowania Organizatora o złym stanie zdrowia bądź kontuzji swojej lub innych uczestników w trakcie trwania biegu. Nr alarmowy będzie naniesiony na numerze startowym

- Depozyt: Pozostawienie i odbiór depozytów odbywać się będzie na podstawie numeru startowego.

- Przebieralnie wraz z węzłem sanitarnym, bez pryszniców.

2. Za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie organizator nie odpowiada.

3. Wszystkich uczestników Biegu obowiązuje niniejszy Regulamin.

4. Ze względów bezpieczeństwa Organizator zastrzega sobie prawo do skrócenia trasy, zmiany godziny startu, przerwania lub odwołania Zawodów w przypadku wystąpienia bardzo trudnych warunków atmosferycznych lub klęsk żywiołowych, bez możliwości zwrotu wpisowego.

5. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.

6. Organizator posiada ubezpieczenie OC.

7. Zabrania się zaśmiecania lasu i wyrzucania śmieci podczas imprezy oraz niszczenia przyrody.

8. Po ukończeniu wyścigu Organizator zaprasza na  **gawędy biegowe** przy ognisku.

9. Interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

Załącznik Nr 1 do Regulaminu V Oleszyce Półmaraton i IV Oleszyce Nordic Walking

……………………….. dnia ……………………..

**OŚWIADCZENIE**

1. Imię i Nazwisko ……..……..…...........................................................................  
2.Miejsce urodzenia ............................................................................................  
3.Data urodzenia.................................................................................................  
 Oświadczam, że mój stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w **V Oleszyce  
Półmaraton** lub **IV Oleszyce Nordic Walking** w dniu 11.02.2018 roku, oraz że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w powyższych zawodach sportowych.   
 Oświadczam, że zapoznałem/am się z regulaminem , w pełni go akceptuję i zobowiązuję do jego przestrzegania.  
 Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb realizacji procesu rejestracji, prezentacji wyników biegu oraz przetwarzania ich przez organizatora zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych.

…………………………………

(podpis uczestnika