



# Chwałowicki Maraton Koleżeński 4 Pory Roku

19 luty / 14 maj / 20 sierpień / 05 listopad  
Chwałowice 2023



## REGULAMIN BIEGU



### 1. CEL I ZAŁOŻENIA

- Wszystkie biegi w cyklu Chwałowicki Maraton Koleżeński - Cztery Pory Roku mają formułę towarzyską, nie mają charakteru zawodów czy rywalizacji sportowej, są to biegi treningowe, które z założenia mają sprawdzenie formy uczestników.
- Popularyzacja biegów maratońskich, upowszechnianie rekreacji ruchowej i aktywnego wypoczynku.
- Promocja miejscowości Chwałowice i gminy Jelcz-Laskowice w powiecie oławskim województwa dolnośląskiego.
- Integracja miłośników biegów długodystansowych.

### 2. STRONA WYDARZENIA NA FB

- <https://fb.me/e/1Zclby3wv>

### 3. ORGANIZATOR

- Arkadiusz Tołłoczko, tel. 607-057-169, Rafał Malitowski, tel. 603-603-662

### 4. PARTNERZY

- Michał Wolski-Sołtys Chwałowice, [www.chwalowice.org](http://www.chwalowice.org)
- Metalinka Gadżety, [www.facebook.com/emprojmet](http://www.facebook.com/emprojmet)
- Ekipa [www.zmierzymyczas.pl](http://www.zmierzymyczas.pl)

### 5. TERMINY, MIEJSCE I ZGŁOSZENIA

- Terminy biegów:
  - 19.02.2023r. - Maraton Zima  
[www.zmierzymyczas.pl/1550/chwalowicki-maraton-kolezenski-cztery-pory-roku-zima.html](http://www.zmierzymyczas.pl/1550/chwalowicki-maraton-kolezenski-cztery-pory-roku-zima.html)
  - 14.05.2023r. - Maraton Wiosna
  - 20.08.2023r. - Maraton Lato
  - 05.11.2023r. - Maraton Jesień
- Start główny biegów rozpoczyna się o godz. 09:00. Możliwe są indywidualne starty po uzgodnieniu z Organizatorem.
- Biuro biegu i parking: Chwałowice, ul. Polna, w pobliżu miejsca startu/mety.
- Zgłoszenia przyjmowane wyłącznie poprzez formularz zamieszczony na stronie [www.zmierzymyczas.pl](http://www.zmierzymyczas.pl) lub telefonicznie 0-607-057-169. Zgłoszenia na kolejne maratony po zakończeniu poprzedniego.
- Samochody pełnią funkcję depozytu.

### 6. TRASA, DYSTANS I KLASYFIKACJA

- Trasa biegu jest wymierzona i wynosi 42,2 km - 8 pętli o długości 5,3 km.
- Start biegu: Chwałowice, ul. Polna, kros po ścieżkach polnych i leśnych, krótki odcinek z asfaltu.
- Dystans - według możliwości i ochoty, dowolna ilość pętli, wszyscy zostaną sklasyfikowani.
- Klasyfikacja generalna każdego biegu oraz łączna klasyfikacja po czterech biegach na podstawie pokonanego dystansu i uzyskanego czasu.

## 7. POMIAR CZASU

- Prowadzony będzie pomiar za pomocą stopera sportowego. Dodatkowo pomiar czasu każdy uczestnik prowadzi sam i podaje go wraz z ilością przebiegniętych pętli Organizatorowi po zakończeniu biegu. Wymagane urządzenie z wyłączoną autopauzą (zegarek, smartfon).
- Każdego z Uczestników obowiązuje bezwzględne i obowiązkowe odmeldowanie się po zakończeniu biegu lub opuszczeniu go z innych przyczyn.
- Limit czasu dla biegu wynosi 6 godzin i może być wydłużony przez Organizatora.

## 8. UCZESTNICTWO

- Ze względu na kameralny i koleżeński charakter wprowadzono limit 50 uczestników.
- W biegu mogą uczestniczyć osoby, które do dnia startu mają ukończone 18 lat.
- Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność, niezależnie od warunków pogodowych zastanych na trasie.
- Warunkiem uczestnictwa jest pisemne oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegu długodystansowym i udziału na własną odpowiedzialność (dostępne w biurze biegu).

## 9. OPŁATY I ŚWIADCZENIA

- Koszt uczestnictwa w jednym biegu – symboliczna darowizna na konto <https://zrzutka.pl/za4exu>
- Na trasie w miejscu startu/mety biegu co 5,3 km organizator zapewnia punkt żywnościowy, słodycze, wodę lub gorącą herbatę.
- Każdy uczestnik zabezpiecza się w inne napoje, odżywkę i posiłek po biegu we własnym zakresie.
- Organizator zapewnia numer startowy, który musi być przypięty i widoczny w sposób umożliwiający identyfikację uczestnika podczas biegu.
- Organizator przygotowuje na każdy bieg **pamiątkowy medal** wydarzenia wyłącznie dla uczestników z potwierdzonym zgłoszeniem (z przekazaną darowizną).

## 10. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Każdy uczestnik zobowiązany jest przestrzegać obowiązujące w dniu biegu zasady postępowania dotyczące ograniczenia epidemii COVID-19.
- Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność i akceptuje fakt, iż udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko zdrowotne i zagrożenie wypadkami.
- Uczestnicy biegu proszeni są o nie zaśmiecanie trasy biegu i szczególną troskę o środowisko naturalne oraz przestrzeganie zasad obowiązujące w lasach zgodnie z art. 29 i 30 Ustawy o Lasach z dnia 28.09.1991. Trasa biegu przebiega w części po drodze publicznej, na której odbywa się ruch samochodów. Uczestnicy biegu zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności i zobligowani są do poruszania się zgodnie z przepisami Ustawy Prawo o ruchu drogowym. W przypadku jakichkolwiek zdarzeń losowych nie będą przysługiwały żadne roszczenia.
- Bieg nie jest objęty ubezpieczeniem. Każdy uczestnik biegu powinien ubezpieczyć się indywidualnie we własnym zakresie.
- Każdy Uczestnik dokonując zapisu na bieg wyraża zgodę na nieodpłatną publikację wizerunku, w szczególności wraz z podaniem imienia i nazwiska miejsca zamieszkania, roku urodzenia. Organizator wykorzysta przekazane mu dane osobowe, zgodnie z obowiązującymi przepisami, zakresem udzielonej przez Uczestnika zgody, wyłącznie do celów związanych z realizacją biegu, w szczególności w zakresie zapisów (publikacja danych na liście publicznie dostępnej) i podania wyników na stronach o tematyce biegowej oraz profilach w mediach społecznościowych.
- W trakcie trwania biegu zabrania się stosowania wszelkich środków odurzających i alkoholu.
- W kwestiach spornych ostateczna decyzja, należy do Organizatora.
- Bieg spełnia definicję „Maratonu” wg regulaminu statystyki krajowej Polskiego Klubu 100 Maratonów.