

# 16. PÓŁMARATON DĄBROWSKI

ArcelorMittal Poland

## NIEZBĘDNIK BIEGACZA

- **START - 06 kwietnia (sobota) o godz. 10.00** – ul. Kościuszki.  
Limit na pokonanie **21,097 km** trasy to 3:00 godziny. Trasa posiada atest PZLA. Zamknięcie trasy nastąpi o godzinie 13.00.
- Zgodnie z regulaminem rejestracja internetowa do biegu zakończona 30.03.2024 roku. Możliwe są również zapisy w Biurze Zawodów za opłatą 150,00 zł. Regulamin:  
[https://csir.pl/wp-content/uploads/2024/01/regulamin-na-www\\_820.pdf](https://csir.pl/wp-content/uploads/2024/01/regulamin-na-www_820.pdf)
- **W pakiecie startowym** znajdziecie: numer startowy z czipem do pomiaru czasu, chusta pamiątkowa typu buff, izotonik 4 MOVE, galaretka energetyczna, kupony rabatowe od Partnerów. Posiłek regeneracyjny po biegu wydawany na podstawie numeru startowego. Medal otrzyma każdy kto ukończy bieg. Możliwość grawerowania czasu za opłatą 25 zł- stoisko Wikoss- Sport.

### 1. WERYFIKACJA UCZESTNIKÓW

- Biuro Zawodów - **05.04.2024 (piątek) 11:00 - 19:00**  
Hala Widowiskowo-Sportowa „Centrum”.
- Biuro Zawodów - **06.04.2024 (sobota) 8:00 - 9:30**  
Hala Widowiskowo-Sportowa „Centrum”.
- Kapitanów **grup biegowych** prosimy o zgłoszenie do Biura Zawodów uczestników poszczególnych drużyn.
- Depozyt znajduję się w Biurze Zawodów.

Przypominamy o konieczności posiadania podczas weryfikacji kodu QR, który otrzymali Państwo podczas rejestracji oraz dowodu tożsamości.

### 2. PROGRAM IMPREZY

- 8:00 Otwarcie Biura Zawodów
- 9:30 Zamknięcie Biura Zawodów
- 9:45 Zbiórka na linii startu ul. Kościuszki
- 9:50 **Oficjalnie otwarcie imprezy**
- 9:55 Rozgrzewka dla zawodników
- 10:00 **Start 16. Półmaratonu Dąbrowskiego AMP**
- 13:00 Zamknięcie trasy Półmaratonu
- 13:15 Zamieszczenie wyników na tablicy
- 13:15-13:30 Weryfikacja wyników i ew. protesty
- 13:30 Podziękowania dla partnerów i wręczenie nagród zwycięzcom Biegu.

### 3. START ODBYWA SIĘ W 30 SEKUNDOWYCH ODSTĘPACH Z PODZIAŁEM:

#### I STREFA „ARCELORMITTAL POLAND”

oznaczona flagami Partnera oraz Pacemakerami balonami koloru żółtego i niebieskiego (czas do 1:35).

#### II STREFA „KATOWICKA SPECJALNA STREFA EKONOMICZNA w Katowicach”

oznaczona flagami Partnera oraz Pacemakerami z balonami koloru zielonego, czerwonego, koloru błękitnego i różowego (czas 1:40, 1:45, 1:50 i 1:55).

#### III STREFA – „LOTTO – TOTALIZATOR SPORTOWY”

oznaczona flagami Partnera oraz Pacemakerami z balonami koloru pomarańczowego, seledynowego i koralowy (czas 2:00 +...)

Podczas biegu obowiązuje czas netto, czyli liczony jest momentu przekroczenia linii startu.

### 4. TRASA BIEGU

Link do trasy biegu (można pobrać plik .GPX na zegarek):

<https://newsmap.pl/mapshare/d32eebe2758f6e2d0eb03428aea56916/>

Pacemakerzy poprowadzą na czasy: 1:25 kolor żółty, 1:35 kolor niebieski, 1:40 kolor zielony, 1:45 kolor czerwony, 1:50 kolor błękitny, 1:55 kolor różowy, 2:00 kolor pomarańczowy, 2:10 kolor seledynowy, 2:15 kolor koralowy.

**Punkty medyczne** znajdują się na: 6,5 km; 11,2 km; 16 km; 19,3 km; na mecie szpital polowy. Dodatkowo za ostatnim zawodnikiem poruszać się będzie karetka pogotowia ratunkowego.

**Punkt z wodą** na 6,5 km

**Punkty z wodą i owocami** na 11,2 km, 16 km i 19,3 km.

**Toalety** znajdują się na 5km (CSLiW Zielona), 12 km, 16 km (CSLiW Pogoria III) oraz 19,3 km.

Za kolumną biegaczy pojedzie **bus** dla osób, które stracą na trasie siły, bądź nie będą w stanie dokończyć biegu. Odwiezione zostaną na miejsce mety.

Cała trasa jest zabezpieczona stosownymi barierami, taśmami i znakami. Oznaczenia co 1 km za pomocą znaków pionowych oraz poziomych. Na trasie i przy punktach z wodą znajdować się będą służby porządkowe oraz wolontariusze, a na drogach publicznych ruchem zawiaduje Policja.

### 5. ŚWIETLICA w Hali Widowiskowo – Sportowej „Centrum” (przy Biurze Zawodów)

Na czas biegu dziećmi w wieku 4-12 lat zajmie się wykwalifikowana kadra ze szkoły językowej dla dzieci i młodzieży „Helen Doron English” w godzinach od 08.00 do 15.00

### 6. PARKINGI

Uczestników prosimy o parkowanie samochodów na bezpłatnych parkingach:

- Nemo – Wodny Świat Dąbrowa Górnicza, Aleja Róż 1, Park Hallera,
- CH POGORIA, ul. Jana III Sobieskiego 6,
- Miejska Biblioteka Publiczna, ul. Kościuszki 25,
- ZUS, ul. Kościuszki 48,
- Pałac Kultury Zagłębia, Pl. Wolności 1,
- CKZiU „Sztęgarka”, ul. Legionów Polskich 69,
- Dworzec PKP, ul. Kościuszki,
- ul. Bandrowskiego.

[http://csir.pl/wp-content/uploads/2023/04/mapka-z-miejscami-parkingowymi\\_319.pdf](http://csir.pl/wp-content/uploads/2023/04/mapka-z-miejscami-parkingowymi_319.pdf)

Prosimy o nieparkowanie w miejscach niedozwolonych, chodnikach, pasach zieleni – może to skończyć się nieprzyjemną pamiątką w postaci mandatu karnego.

Wszystkie informacje dostępne na:

 [csir.pl](https://csir.pl)

ORGANIZATORZY



PARTNER TYTUŁARNY



PARTNERZY WYDARZENIA



PARTNERZY MEDIALNI

