

IV PÓLMARATON ŻŁOTY W ŻŁOTORII k/Torunia

REGULAMIN

1. CEL:

- promocja biegania jako zdrowej, taniej, powszechnie dostępnej i optymalnie korzystnej dla człowieka aktywności fizycznej,
- upowszechnianie wiedzy szkoleniowej i treningowej z zakresu biegów rekreacyjnych i sportowych,
- umożliwienie rywalizacji sportowej uczestnikom biegu.

2. ORGANIZATOR:

- Urząd Gminy w Lubiczu

3. TERMIN I TRASA BIEGU:

1. Bieg odbędzie się w dniu 3 października 2009 r.. (sobota) ze startem i metą w Żłotorii, przy Szkole Podstawowej.
2. Trasa prowadzi przez:
 - ul. 8 Marca – start ostry,
 - ul. Toruńską (za wiaduktem skręt na dukty leśne),
 - Nową Wieś,
 - Obory,
 - Kopanino,
 - Żłotorię,
 - ul. ul. Lipowa, Toruńska, 8 Marca, Pomorska, Szkolna.
3. Trasa półmaratonu przebiega ulicami Żłotorii (ok. 5 km), ze startem honorowym o godz. 11.50 na terenie Szkoły Podstawowej i startem ostrym o godz. 12.00 z ul. 8 Marca (miejsce oddalone o 200 m. od szkoły). Dalej trasa przebiega twardymi duktami leśnymi Trasa od startu do mety będzie oznaczona co 1 kilometr stałymi tablicami z kilometrażem.
4. Nawierzchnia trasy jest asfaltowa (ok. 7 km) i szutrowa (ok. 14 km)
5. Trasa jest urozmaicona, w znakomitej większości Bieg odbywa się przy ograniczonym ruchu drogowym.



4. PUNKTY ŻYWIENIOWE I ODŚWIEŻANIA:

- Na trasie półmaratonu rozmieszczone będą 2 punkty żywieniowe i odświeżania (na 7 i 15 km).
- Na punkcie żywieniowym dla zawodników przygotowane będą banany, czekolada, izostar, woda mineralna.
- Na mecie biegu zawodnicy otrzymają ponadto posiłek.

5. LIMIT CZASU:

Limit czasu wynosi 3 godz.

6. UCZESTNICTWO:

W biegu mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy do dnia 3.10.2009 r. ukończyli 16 lat (osoby w wieku 16-18 lat muszą okazać w Biurze Maratonu pozwolenie na udział w biegu od rodziców lub prawnych opiekunów) i opłacać wpisowe. Zawodnicy mają obowiązek przedstawienia organizatorom zaświadczenia lekarskiego zezwalające na udział w biegu lub w przypadku jego braku pisemnego oświadczenia zawodnika o starcie na własną odpowiedzialność,

7. KLASYFIKACJE:

W ramach IV Półmaratonu Złotego w Złotorii zawodnicy będą klasyfikowani w następujących klasyfikacjach:

- generalna,
- kobiet.
- Wiekowe: M i K – do 19; 20 – 29; 30 – 39; 40 – 49; 50 – 59, 60 +.

8. ZGŁOSZENIA UDZIAŁU W BIEGU

1. Zgłoszenia udziału w półmaratonie można dokonywać poprzez:

- wpisanie danych do formularza elektronicznego dostępnego na lub poprzez stronę internetową: www.maratonypolskie.pl i przesłanie go elektronicznie,
- osobiste zgłoszenie w Biurze Półmaratonu w Złotorii w dniu 3.10.br. w godz. 10 – 11.30.

2. Biuro biegu mieści się w dniu zawodów w budynku Szkoły Podstawowej w Złotorii.

9. OPŁATA STARTOWA :

Opłata startowa uczestnika biegu wynosi 20 zł i jest płacona podczas zgłoszeń bądź weryfikacji zawodników w dniu 3.10.2009r., w Biurze Półmaratonu.

10. NAGRODY:

Wójtowie gmin Lubicz i Łubianka fundują nagrodę specjalną w wysokości 100 euro dla zwycięzcy, który ustanowi rekord Półmaratonu Złotego.

Nagrody regulaminowe:

- w kategorii generalnej za miejsca od I do III – puchary i nagrody rzeczowe,
- w kategorii kobiet za miejsca od I do III – puchary i nagrody rzeczowe,
- w kategoriach wiekowych:
 - za miejsca od I do III – puchary,

Ponadto organizatorzy zapewniają:

- medal dla wszystkich kończących bieg,
- losowanie atrakcyjnych, wartościowych nagród wśród wszystkich, którzy ukończą bieg,
- posiłek i napoje na mecie

13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe otrzymane od organizatora i przypięte do koszulek sportowych na piersiach. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego (w części lub w całości).
- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Interpretacja niniejszego regulaminu należy do Biura Organizacyjnego Biegu.

Dyrektor Półmaratonu Jerzy Zająkała