

Regulamin

III Biegu Po Puszczy Niepołomickiej o Puchar Burmistrza Miasta- „W pogoni za żubrem”

1. Organizator Biegu:

Urząd Miasta i Gminy Niepołomice
Krakowski Klub Biegacza Dystans

współorganizatorzy: **Nadleśnictwo Niepołomice**
Wójt Gminy Kłaj

2. Cele imprezy:

- a. popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywności fizycznej,
- b. propagowanie zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu wśród lokalnej społeczności,
- c. promocja Niepołomice jako miasta- siedziby Zamku Królewskiego i miasta graniczącego z Puszcza Niepołomicką- miejscem przyjaznym dla osób uprawiających aktywność ruchową.

3. Termin i miejsce zawodów:

- a. **zawody odbędą się 26 czerwca br. (niedziela) w Niepołomicach koło Krakowa,**
- b. start i meta biegu głównego, i marszobiegów - na ul. Korczaka , w pobliżu Krytej Pływalni,
- c. główna trasa biegu- leśnymi ścieżkami szutrowo-asfaltowymi, w płd.-wsch . części Puszczy Niepołomickiej,
- d. biuro zawodów, szatnie, natryski i depozyt odzieży będą mieścić się w Hali Sportowej przy ul. M. Kopernika,
- e. zawody biegowe dla dzieci będą przeprowadzone na Stadionie MKS Puszcza w Niepołomicach (harmonogram zawodów będzie podany w dniu zawodów).



4. Dystanse biegów, oznakowanie trasy:

- a. dystans biegu głównego - 15 km,
- b. dystans marszobiegów - 8 km , 3 km,
- c. trasa oznakowana co 1 km,
- d. trasa nie posiada atestu PZLA.

5. Harmonogram zawodów:

- a. biuro zawodów czynne w dniu zawodów, w godz. 8.00 - 11.00,
- b. start biegu głównego i marszobiegu na 8 km o godz. 11.30, start marszobiegu na 3 km o godz. 11.40,**
- c. depozyt odzieży czynny od godz. 8.30 - 11.30 i od godz. 12 - 14.00,
- d. ceremonia nagradzania zwycięzców zawodów - godz. 14.00, w Parku przed Zamkiem Królewskim w Niepołomicach.

6. Warunki uczestnictwa w zawodach:

- a. W biegu głównym - na dystansie 15 km - mogą uczestniczyć osoby, które do dnia 26.06.2011 r. ukończą 18 lat.
- b. W marszobiegu na 8 km mogą brać udział osoby dorosłe oraz osoby mające ukończone 15 lat, za pisemną zgodą opiekunów prawnych.
- c. w marszobiegu na 3 km mogą brać udział dorośli , młodzież gimnazjalna i licealna.
- d. biegi na stadionie przeznaczone są dla dzieci w wieku przedszkolnym i uczniów szkoły podstawowej.
- e. od uczestników biegu głównego i marszobiegu na 8 km wymagane jest zaświadczenie lekarskie lub własnoręcznie podpisane oświadczenie o dobrym stanie zdrowia (na formularzu organizatora).

7. Zapisy na zawody oraz opłaty za start w zawodach:

- a. Zapisów na bieg główny 15 km oraz na marszobieg 8 km można dokonywać przez internet , www.maratonypolskie.pl lub w dniu zawodów, w Biurze Zawodów. **Zapisy na marszobieg 3 km przyjmowane są tylko w dniu zawodów, w Biurze Zawodów.**
 - b. warunkiem dopuszczenia zawodnika do udziału w biegu jest wniesienie opłaty startowej*
 - w wysokości **30 zł - do dnia 22 czerwca br.**
 - opłaty 30 zł należy dokonać przelewem na konto Organizatora:
 - **KKB Dystans ,30-085 Kraków, ul. Zaczarowane Koło 5/8:**
 - BZ WBK S.A. nr konta: 02 1090 1665 0000 0001 0731 6613**
 - w wysokości **50 zł, w dniu zawodów, w Biurze Zawodów**
 - c. opłata wniesiona za udział w zawodach nie podlega zwrotowi
- * opłaty dotyczą tylko zawodników biegu głównego i marszobiegu na 8 km. **Uczestnictwo w marszobiegu na 3 km i w zawodach dla dzieci na stadionie jest bezpłatne.**



8. Świadczenia organizatora:

- a.** Każdy uczestnik biegu głównego i marszobiegu na 8 km otrzymuje:
- numer startowy z bezzwrotnym chipem,
 - medal pamiątkowy-pod warunkiem ukończenia biegu zgodnie z Regulaminem, opiekę medyczną na trasie biegu,
 - napoje na trasie biegu i na mecie,
 - ciepły posiłek po zakończeniu biegu,
 - możliwość skorzystania z natrysków i toalet,
 - możliwość przechowania odzieży w depozycie
 - pakiet sponsorski, w zależności od szczodrości sponsorów.
- b.** Każdy uczestnik marszobiegu na 3 km otrzymuje imienny dyplom po ukończeniu biegu.

9. Nagrody:

Bieg główny:

- a.** puchar Burmistrza Miasta dla trzech najlepszych zawodniczek i zawodników w kategorii generalnej
- b.** nagrody pieniężne dla trzech najlepszych zawodniczek i zawodników w kategorii generalnej, w wysokości: **300 zł za I miejsce, 200 zł za II miejsce, 100 zł za III miejsce**
- c.** puchary Burmistrza Miasta dla trzech najlepszych zawodniczek i zawodników w poszczególnych kategoriach wiekowych
- d.** puchar Burmistrza Miasta dla najszybszego mieszkańca gminy Niepołómice
- e.** nagrody w kategorii generalnej i wiekowej nie mogą się dublować
- f.** statuetki pamiątkowe dla 3 najszybszych uczestników marszobiegu na 8 km

10. Klasyfikacja zwycięzców: (dotyczy wyłącznie biegu głównego - 15 km)

- a.** generalna kobiet,
b. generalna mężczyzn,
c. w kategoriach wiekowych*

kobiety:

K-20 - 18-29 lat
K -30 - 30-39 lat
K -40 - 40-49 lat
K - 50 - 50-59 lat
K - 60 - 60 lat i więcej

mężczyźni:

M -20 - 18-29 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 i więcej

*klasyfikacja w kategoriach wiekowych ma miejsce przy ,co najmniej, 5 osobach w danej kategorii



11. Postanowienia końcowe:

- a.** zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne,
- b.** zawodnicy podczas biegu muszą posiadać numery startowe przypięte w widocznym miejscu,
- c.** punkty z napojami usytuowane będą na ok. 5 kilometrze i ok. 10 kilometrze trasy,
- d.** limit czasu dla biegu głównego oraz marszobiegu na 8 km wynosi 2 godz.15 min., dla marszobiegu na 3 km- 45 minut,
- e.** uczestników zawodów obowiązuje pokonywanie trasy zgodnie z Regulaminem - niedopuszczalne jest skracanie trasy,
- f.** dopuszcza się do udziału w zawodach osoby uprawiające nordic walking.

W takim przypadku obowiązują je punkty Regulaminu dotyczące marszobiegu na 8 km (wtedy wniesienie opłaty startowej jest obowiązkowe), lub dotyczące marszobiegu na 3 km (udział bezpłatny).

- g.** każdy uczestnik biegu zobowiązany jest do absolutnego przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz stosowania się do zaleceń służb zabezpieczających bieg, zwłaszcza podczas odcinków prowadzących przez drogi publiczne.
- h.** uczestnicy zawodów winni ubezpieczyć się na własny koszt.
- i.** wniesienie opłaty startowej i przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z zaakceptowaniem Regulaminu przez uczestnika zawodów.
- j.** uczestnicy zawodów mający co najmniej 70 lat są zwolnieni z opłaty startowej
- k.** organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzenia zmian do Regulaminu i podania ich w formie pisemnej do publicznej wiadomości - najpóźniej do 1 godz. przed rozpoczęciem zawodów.

12. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora zawodów.

Dyrektor Biegu
Krystyna Turska

