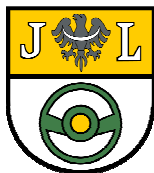


## REGULAMIN

# III Jelczańsko-Oławski Zimowy Maraton na Raty

Oława, Jelcz-Laskowice

09.01.2011 – 26.02.2011



ZIMNAR 42,195 KM



### 1. Cel i założenia

Popularyzacja biegania i marszów Nordic Walking, jako najprostszyc form rekreacji fizycznej.  
Propagowanie wśród lokalnej społeczności zdrowego trybu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu.  
Systematyczność w przygotowaniach do wiosennego sezonu startowego.  
Umożliwienie początkującym i niepełnoletnim biegaczom ukończenia maratonu – na początek w ratach.  
Przybliżenie i integracja uczestników z zawodnikami Klubu Biegacza „DOM-BUD” Oława.

### 2. Organizator

Oławska Grupa Biegowa - Klub Biegacza "DOM-BUD" Oława – Prezes Mateusz Markowski  
ul. Oleśnicka 4 , 55-200 Oława  
<http://www.kbfiodor.xt.pl/>

Koordynatorzy zawodów:

Mateusz Markowski, tel. 667-797-086, e-mail: dudi\_mm@vp.pl

Arkadiusz Tołoczko, tel. 608-161-920, e-mail: aryt@tlen.pl

### 3. Współorganizator

Urząd Miasta Oława, Urząd Miasta i Gminy Jelcz-Laskowice

### 4. Termin i miejsce zawodów

Poszczególne etapy ZiMNaRa odbędą się w 7 kolejnych niedziel, na przemian w Oławie i Jelczu-Laskowicach, zaczynając od **09.01.2011 r.** według następującego harmonogramu:

Etap	Dystans	Termin	Miejsce zawodów
- etap I	6 km	<b>09.01.2011 r. niedziela</b>	<b>Oława</b>
- etap II	6 km	16.01.2011 r. niedziela	Jelcz – Laskowice
- etap III	6 km	23.01.2011 r. niedziela	Oława
- etap IV	6 km	30.01.2011 r. niedziela	Jelcz – Laskowice
- etap V	6 km	06.02.2011 r. niedziela	Oława
- etap VI	6 km	13.02.2011 r. niedziela	Jelcz – Laskowice
- etap VII	6,195 km	20.02.2011 r. niedziela	Oława
- etap Joker	6 km lub 6,195 km	<b>26.02.2011 r. sobota</b>	<b>Oława</b> <b>ZAKOŃCZENIE</b>

### Start do biegów o godz. 11:30

Oława – przed lasem, ul. Bażantowa

Jelcz-Laskowice – przed Ośrodkiem nad Stawem, ul. Stawowa 20

Organizator ma prawo zmienić miejsce i godzinę rozegrania zawodów powiadamiając o tym uprzednio zawodników. Po każdym biegu organizator zapewnia ciepłą herbatę.

Po ostatnim biegu odbędzie się uroczyste zakończenie imprezy, ognisko i wręczenie nagród.

### 5. Dystans

etap I-VI – 6 km; etap VII – 6,195 km; etap Joker – 6 km lub 6,195 km

**Uwaga:** Do klasyfikacji ogólnej liczony będzie czas 7 biegów (etapy I-VII).

8 bieg (etap Joker) jest biegiem kończącym cykl zawodów, a jednocześnie pozwalającym tym, którzy opuścili jeden z biegów, na ukończenie pełnego dystansu Maratonu na Raty (osoba taka zostanie sklasyfikowana na końcu stawki za tymi osobami, które przebiegły kolejne 7 etapów).

### 6. Trasa

Trasa będzie oznaczona i oznakowana co 1 kilometr. W Oławie: "agrafka" po lesie przy ulicy Bażantowej, w Jelczu -Laskowicach: pętle, okolice pierwszego lub drugiego stawu.

## 7. Uczestnictwo

Bieg jest otwarty dla wszystkich zainteresowanych osób zrzeszonych w klubach sportowych jak i amatorów, które ukończyły w dniu zawodów 14 lat życia.

Warunkiem udziału w biegu jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu na własną odpowiedzialność.

Osoby niepełnoletnie w wieku od 14 do 18 lat są zobowiązane do posiadania pozwolenia od rodziców lub prawnych opiekunów na udział w biegu.

## 8. Zgłoszenia

Zapisy i potwierdzenie zgłoszeń odbywać się będą w dniu zawodów na miejscu startu od godz. 10:00 do godz. 11:15.

Przy zapisach każda osoba zobowiązana jest podać imię i nazwisko, rok urodzenia oraz przynależność klubową lub miejscowość, którą chce reprezentować.

Uczestnik biegu wypełniając i podpisując kartę zgłoszeniową akceptuje warunki niniejszego regulaminu.

## 9. Numer startowy

Każdy zawodnik przed pierwszym swoim startem w zawodach otrzymuje numer startowy, którym posługiwać się będzie we wszystkich kolejnych etapach.

Numery startowe należy przymocować z przodu tak, aby był bardzo dobrze widoczny podczas przekraczania mety. Zawodnicy bez widocznego numeru startowego nie będą sklasyfikowani.

W przypadku zgubienia numeru należy poinformować o tym fakcie organizatora.

## 10. Opłata startowa

Jednorazowa opłata startowa w wysokości 5 zł, która uprawnia do udziału we wszystkich etapach.

Osoby niepełnoletnie (uczące się) zwolnione są z opłaty.

## 11. Klasyfikacja końcowa i nagrody

Prowadzona będzie indywidualna klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn każdego etapu oraz zestawienie końcowe. Wyniki dostępne będą na stronach [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl) i [www.kbfiodor.xt.pl](http://www.kbfiodor.xt.pl).

Za zajęcie miejsc 1-3 w klasyfikacji końcowej kobiet i mężczyzn - trofeum.

Wszystkim, którzy ukończą Zimowy Maraton na Raty (dystans 42,195 km) zostaną wręczone okolicznościowe medale.

Przewiduje się możliwość losowania upominków wśród uczestników maratonu.

## 12. Uwagi końcowe

Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność (w przypadku zawodników niepełnoletnich na odpowiedzialność rodziców lub prawnych opiekunów).

Biegi odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.

Biegi odbędą się przy ograniczonym ruchu.

Zawodnicy mają obowiązek zachować szczególną ostrożność podczas biegu.

Organizator nie zapewnia opieki lekarskiej w trakcie trwania imprezy biegowej.

Organizator nie zapewnia szatni, natrysków i toalet w trakcie trwania imprezy biegowej.

Organizator nie ubezpiecza zawodników na czas zawodów. Uczestnicy zawodów ubezpieczają się we własnym zakresie.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.

Koszty noclegów i dojazdów każdy zawodnik pokrywa we własnym zakresie.

Uczestnicy imprezy proszeni są o niezaśmiecanie trasy biegu i szczególną troskę o środowisko naturalne.

Organizatorzy zapewniają sobie prawo startu tego samego dnia przed lub po biegu głównym i ich wyniki są doliczane do klasyfikacji generalnej.

Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji regulaminu.

## 13. Załączniki

Mapy z przebiegiem trasy w Oławie i Jelczu-Laskowicach.

**ZAPRASZAMY**