



**„WOLNOŚĆ JEST W NATURZE”  
BIEG TERENOWY  
KOZICZYN 4 października 2015**

**R E G U L A M I N**

**I. CEL IMPREZY:**

- Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu;
- Popularyzacja biegania na terenie obszarów leśnych;
- Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców miasta i regionu;

**II. ORGANIZATOR:**

- Słubicki Ośrodek Sportu i Rekreacji
- Starostwo Powiatowe w Słubicach

**III. TERMIN, MIEJSCE, DYSTANS, GODZINA:**

- TERMIN:
  - ✓ 04.10.2015 r. (niedziela)
- MIEJSCE:
  - ✓ Nadleśnictwie Cybinka (województwo Lubuskie – biuro biegu, start, meta - miejsce odpoczynku Parking przy Koziczynie)
- DYSTANS:
  - ✓ bieg główny - 7,5 km

**IV. PROGRAM MINUTOWY:**

- 8:00 – 10:00 zapisy w Biurze Zawodów
- 10:15 uroczyste otwarcie zawodów
- 10:30 START DO BIEGU GŁÓWNEGO
- 13:00 uroczyste wręczenie trofeów oraz losowanie nagród specjalnych

**V. ROZPOCZĘCIE IMPREZY, TRASA BIEGU:**

- Oficjalne rozpoczęcie imprezy nastąpi o godz. 10.15. Przeprowadzona będzie wspólna rozgrzewka.
- Trasa biegu będzie oznakowana (tablice oznaczające przebiegnięty km) i zabezpieczona (taśmy, wolontariusze);
- Na trasie Biegu zlokalizowane będą punkty, na których sędziowie będą odnotowywali zawodników. Będzie prowadzony chipowy pomiar czasu.



„Profilaktyka chorób układu krążenia i promocja  
zdrowego stylu życia w powiecie słubickim”,  
Program Operacyjny PL13:  
„Ograniczenie społecznych nierówności w zdrowiu”.



## VI. ZGŁOSZENIA:

- Dotyczy biegu głównego na dystansie 7,5 km
  - Zapisy prowadzone będą elektronicznie na stronie: [http://panel.maratonczykpomiarczasu.pl/bieg\\_koziczyn](http://panel.maratonczykpomiarczasu.pl/bieg_koziczyn) oraz częściowo w dniu zawodów od 8.00-10.00 w biurze zawodów.
  - Numery startowe oraz chipy zwrotne będą wydawane w biurze zawodów.
  - Za osobę zgłoszoną uważa się osobę, której nazwisko pojawiło się na liście startowej biegu (zapisy elektroniczne – limit 250 osób) lub poprawnie wypełniła i złożyła w biurze zawodów formularz zgłoszeniowy (zapisy w dniu startu – limit 50 osób).
  - Udział w biegach jest bezpłatny.

**UWAGA: ZGŁOSZENIA BIEGÓW DLA DZIECI W DNIU ZAWODÓW, W BIURZE ZAWODÓW W GODZ. 9.30-11.30**

## VII. WARUNKI UCZESTNICTWA:

- W biegu głównym może wziąć udział każdy kto w dniu imprezy (4 października 2015 r.) będzie miał ukończone 13 lat oraz dostarczy pisemną zgodę opiekuna prawnego, który w imieniu osoby niepełnoletniej złoży wymagane oświadczenia w Biurze Zawodów.
- Wszyscy pełnoletni zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów w dniu biegu i złożyć własnoręczny podpis pod oświadczeniem o udziale w biegu na własną odpowiedzialność.
- Zawodnicy niepełnoletni muszą podczas weryfikacji pojawić się z opiekunem prawnym.
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwością odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Osobiste potwierdzenie udziału w biegu oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu;
- Uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w Biegu. W przypadku niepodpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych, uczestnik nie zostanie dopuszczony do udziału w biegu przez Organizatora.
- Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.
- Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania przepisów Kodeksu Ruchu Drogowego oraz bezwzględnie wykonywania poleceń służb odpowiedzialnych za kierowanie ruchem drogowym w tym Policji i Straży Miejskiej, Straży Leśnej, a także pozostałych służb zabezpieczających trasę biegu z ramienia Organizatora.

- Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb organizatora oraz na wykorzystywanie ich wizerunku w celu promocji oraz dokumentowania zawodów.
- Obowiązuje całkowity zakaz startowania w biegu ze zwierzętami.
- Elektroniczny zwrotny chip będzie mocowany na sznurówkach buta (oddawane na mecie po zakończeniu biegu). Zabrania się jakichkolwiek modyfikacji. Brak numeru startowego i chipu podczas zawodów będzie skutkowało dyskwalifikacją. Numer startowy jest własnością uczestnika i nie podlega zwrotowi. Chip zwracamy po zakończeniu biegu.
- Podstawą odbioru zestawu startowego z numerem jest okazanie przez zawodnika w Biurze zawodów dokumentu tożsamości ze zdjęciem.

#### VIII. ŚWIADCZENIA DLA UCZESNIKÓW:

- Wszyscy uczestnicy zawodów, którzy zapiszą się do biegu i zweryfikują w biurze zawodów otrzymają pakiet startowy zawierający: numer startowy, agrafki, chip (zwrotny), bidon, baton, wodę Wysowiankę, okolicznościową koszulkę, bon na posiłek regeneracyjny, ulotkę informacyjną.

#### IX. KLASYFIKACJE:

- W Biegach prowadzona będą następujące klasyfikacje:

##### Bieg główny 7,5 km:

- klasyfikacja mężczyzn w kategoriach:
  - M1 (2002-1996)
  - M2 (1995-1986)
  - M3 (1985-1976)
  - M4 (1975-1966)
  - M5 (1965 i starsi)
- klasyfikacja kobiet w kategoriach:
  - K1 (2002-1996)
  - K2 (1995-1986)
  - K3 (1985-1976)
  - K4 (1975 i starsze)
- **KLASYFIKACJE DODATKOWE**
  - klasyfikacja „Lasy Państwowe Kobiety”
  - klasyfikacja „Lasy Państwowe Mężczyźni”
  - klasyfikacja „Nordic Walking Open”
  - klasyfikacja „Marsz Open”

**UWAGA!- KLASYFIKACJE NIE DUBLUJĄ SIĘ!** (dla przykładu uczestnik(czka) zarejestrowany(a) biegu w kat. „Lasy Państwowe” nie jest klasyfikowany(a) w kategoriach wiekowych).

#### X. NAGRODY I WYRÓŻNIENIA:

- Po zakończeniu biegów zostaną przyznane i wręczone następujące nagrody i wyróżnienia:
  - medale, puchary lub statuetki oraz nagrody rzeczowe za zajęcie I, II, III miejsca w klasyfikacji końcowej każdej kategorii

- Wśród uczestników biegu głównego po dekoracji zostaną rozlosowane bardzo atrakcyjne nagrody sportowe oraz RTV (m. in. rowery górskie i TV 40')

**UWAGA: Warunkiem odbioru nagród jest osobiste stawienie się na ceremonii dekoracji.**

#### **XI. INNE POSTANOWIENIA:**

- Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Organizatora Biegu.
- Protesty dotyczące imprezy można wnieść pisemnie na miejscu do Biura Zawodów lub w siedzibie Organizatora w czasie do 1 godziny od zakończenia Biegu. Protesty wniesione po tym czasie nie będą rozstrzygane.
- Informacje nt. biegu udzielane w biurze zawodów.
- Wyniki Biegu dostępne będą na stronach Nadleśnictwa Cybinka oraz SOSIR Słubice.
- Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników Biegu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione przez zawodników.
- Pakiety/Numery startowe będzie można odbierać w biurze zawodów w pobliżu miejsca startu w dniu imprezy tj. 04.10.2014 r. od godz. 8.00.

**ŻYCZYMY UDANYCH ZAWODÓW !**

**ORGANIZATOR**