

## **CHARYTATYWNY BIEG – MEMORIAŁ IMIENIA ZOFII MORAWSKIEJ**

### **ORGANIZATOR**

Towarzystwo Opieki nad Ociemniałym Stowarzyszenie

### **TERMIN I MIEJSCE**

8 czerwca 2019 r. – Laski k. Warszawy

Godzina 11.00

Biuro zawodów czynne (w dniu biegu) od godz. 8:30

7 czerwca od 16 do 19

### **START I META**

Brama wjazdowa na teren Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Laskach.

### **DYSTANS I TRASA**

Dystans biegu około 3km 300m. Dystans można pokonać dowolną ilość razy w wyznaczonym limicie 90 minut.

Trasa prowadzi częściowo po nawierzchni utwardzonej (kostka, asfalt) częściowo po leśnych drogach Puszczy Kampinoskiej wokół terenu Ośrodka.

Bieg rozpoczyna się przy bramie wjazdowej na teren Ośrodka, następnie uczestnicy biegną około 250m tzw. Lipówką, skręcają w prawo w szutrową drogę, by po następnych około 200m dotrzeć do ul. Partyzantów gdzie skręcają w lewo. Po kolejnych 200m uczestnicy docierają do puszczy, gdzie najpierw szlakiem czerwonym, a następnie niebieskim docierają do południowej bramy Ośrodka. Po przebiegnięciu około 500 metrów uczestnicy wracają do punktu startu. Trasa będzie oznaczona, a na zakrętach będą czuwać wolontariusze.

Ślad GPS:

<https://connect.garmin.com/modern/course/11858927>

### **CEL BIEGU**

Bieg jest biegiem charytatywnym, celem jest pozyskanie środków na wsparcie działalności Ośrodka dla Dzieci Niewidomych w Laskach.

## WARUNKI UCZESTNICTWA

Uczestniczyć w biegu może każdy kto ukończył 12 rok życia, osoby młodsze mogą wziąć udział za zgodą organizatora. Uczestnicy w wyznaczonym limicie pokonują trasę. Dozwolony jest bieg lub marsz. Ze względów bezpieczeństwa organizator nie dopuszcza do marszu osób z kijami do Nordic Walking. Uczestnicy poruszając się po wyznaczonej pętli. Ponieważ trasa prowadzi po pętli należy zachować szczególną ostrożność z uwagi na uczestników pokonujących trasę wolniej lub szybciej.

Limit czasu jest określony na 90 minut, po upływie limitu czasu należy opuścić trasę. Każdy uczestnik może dowolną ilość razy pokonać wyznaczoną pętlę. Liczą się tylko pętle ukończone w wyznaczonym limicie. Każda pokonana pętla zostanie odnotowana w systemie elektronicznym, za każdą pętlę główny partner biegu przekaże darowiznę na rzecz Ośrodka.

Pomiar czasu będzie prowadzony elektronicznie za pomocą chipów elektronicznych. Numery startowe nie są zwrotne.

## ŚWIADCZENIA ORGANIZATORA

1. Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal.
2. W punkcie start - meta będzie znajdował się punkt nawadniania.
3. Organizator przewiduje pakiet startowy w skład którego wejdzie pamiątkowy numer oraz pozyskane od sponsorów gadżety.
4. Organizator przewiduje indywidualne nagrody/upominki dla zawodników którzy pokonają największą ilość okrążeń, w przypadku tej samej liczby okrążeń decyduje łączny czas ich pokonania, w następujących kategoriach:
  - a) Kategoria Senior (16+) Open Kobiet i Mężczyzn; (miejsca 1-3)  
(w tym pierwsze miejsca dla ucznia, pracownika i członka TOnO)
  - b) Kategorie Junior w kategoriach Open Dziewcząt i Chłopców (miejsca 1 -3) oraz Najszybszy Uczeń i Uczennica OSW:  
- 12 - 16 lat (rok urodzenia 2007 – 2004) dziewcząt i chłopców;

## BIEGI TOWARZYSZACE:

Biegi będą rozgrywane w kategoriach dziewcząt i chłopców Open (miejsca 1-3) oraz Najszybszy Uczeń OSW. Limit uczestników określa się na 20 osób w każdym biegu.

1. Bieg wiewiórki – dzieci rocznik 2013 i młodszy – oddzielnie dziewczęta i chłopcy - dystans około 100m
2. Bieg rysia – dzieci rocznik 2012 – 2010 - oddzielnie dziewczęta i chłopcy – dystans około 300m
3. Bieg wilka – dzieci rocznik 2009 – 2008 – oddzielnie dziewczęta i chłopcy - dystans około 600m

## ZAPISY:

Biegi dziecięce:

Udział bezpłatny. Zapisy będą prowadzone w biurze zawodów.

Bieg główny:

Limit uczestników biegu głównego jest określony na 400 osób. Opłata za start jest również cegiełką na rzecz Ośrodka. Wysokość wpłaty – cegiełki wynosi nie mniej niż 35 PLN Wpłaty prosimy kierować na konto:

Towarzystwo Opieki nad Ociemniałymi Stowarzyszenie

Laski, ul. Brzozowa 75

05-080 Izabelin

Nr konta:

mBank

02 1140 1010 0000 4399 5800 1002

W tytule przelewu prosimy napisać „Bieg” oraz podać imię i nazwisko.

Zapisy będą możliwe poprzez formularz na stronie:

[www.zapisyonline.com](http://www.zapisyonline.com)

Kontakt do organizatorów:

[memorial.zofii.morawskiej@gmail.com](mailto:memorial.zofii.morawskiej@gmail.com)

## POSTANOWIENIA KOŃCOWE

Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

Biegiem kieruje Weronika Kolczyńska i Paweł Kacprzyk, którzy decydują w sprawach organizacyjnych, bezpieczeństwa i porządku oraz w sprawach spornych.

Wszyscy uczestnicy biorą udział w Biegu na własną odpowiedzialność i nie mogą wносить żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.

Bieg ma charakter rekreacyjny, rodzinny i charytatywny.

Biegacze i biegaczki nie mogą mieć przeciwwskazań lekarskich do wzięcia udziału w zawodach.

Dzieci startują wyłącznie pod opieką rodziców lub opiekunów.

Każdy zawodnik jest zobowiązany do zapoznania się z niniejszym regulaminem.

Za rzeczy zgubione podczas zawodów organizator nie odpowiada.

Każdy z uczestników biegu zapisując się, wyraża zgodę na wykorzystanie wizerunku w materiałach promocyjnych organizatorów, w szczególności zdjęć i materiałów wideo.

Każdy z uczestników wypełnia kartę zgłoszeniową przed startem w biurze zawodów, na podstawie

której otrzyma numer startowy.

Rzeczy osobiste będzie można zostawić w depozycie. Będzie tam również funkcjonowała Kawiarenka.

Organizator ma prawo do zmian zapisów Regulaminu.

Kontakt do organizatora:

Weronika Kolczyńska

tel. 22 752 32 67

e-mail: [veronika.kolczynska@laski.edu.pl](mailto:veronika.kolczynska@laski.edu.pl)