

REGULAMIN PIERWSZEGO MIKOŁAJOWEGO MARSZOBIEGU W ŁOMIANKACH

I. Organizator

Stowarzyszenie „Łomiankowska Grupa Biegowa” z siedzibą w Łomiankach.

Miasto i Urząd Gminy Łomianki

II. Cel imprezy

1. Popularyzacja marszu, biegania, nordic walking i rowerów jako najprostszej formy ruchu także zimową porą.
2. Integracja mieszkańców Burakowa, Łomianek i Bielan
3. Promowanie zdrowego trybu życia
4. Popularyzacja Domu Spotkań Sąsiedzkich

III. Termin i miejsce

7 grudnia 2019r. (sobota) – Dom Spotkań Sąsiedzkich w Burakowie ul. Parkowa 2, Łomianki

9⁰⁰ – Otwarcie biura zawodów i odbieranie pakietów startowych

10⁰⁰ – Wyjście na pętle młocińską i rozgrzewka

10¹⁵ – Start Marosz-biegu

10³⁰ – Pierwszy zawodnik spodziewany na mecie

10⁴⁰ – Posiłek regeneracyjny w Domu Spotkań Sąsiedzkich

11¹⁵ – Zamknięcie trasy marszowo-biegowej

12³⁰ - Zakończenie wydarzenia

IV. Ustalenia organizacyjne

1. Organizator zwraca się z prośbą o utrzymanie porządku na trasie.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez opieki.
3. Organizator nie zapewnia pryszniców po marso-biegu.
4. Podczas imprezy obowiązuje całkowity zakaz palenia tytoniu i spożywania alkoholu oraz środków odurzających.
5. Wydarzenie organizowane jest na terenie Lasu Młocińskiego co oznacza, że obowiązuje Regulamin Lasów Warszawy – prosimy o przestrzeganie.
6. Ubezpieczenie uczestników we własnym zakresie.
7. Organizator nie ponosi odpowiedzialności prawnej i cywilnej w zakresie poniesionych szkód na zdrowiu i mieniu uczestników.

8. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność co potwierdzają w „oświadczeniu uczestnika marszo-biegu”.
9. Organizator zapewnia opiekę ratownika medycznego, jadącego na końcu peletonu, podczas marszo-biegu oraz podstawową opiekę w zakresie pierwszej pomocy przy biurze zawodów.
10. Czas mierzony będzie elektronicznie za pomocą komputerowego systemu.
11. Wszelkie zapytania kierować na adres: kontakt@biegwlomiankach.pl; tel. 691 353 000

V. Uczestnictwo

1. Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest zapisanie się na listę startową, podpisanie oświadczeń, wniesienie opłaty startowej oraz odebranie pakietu startowego w Biurze Zawodów.
2. Prawo startu w Marszobiegu mają osoby które najpóźniej do dnia 7.12.2019 r. ukończą 18 lat i dokonają pełnej rejestracji do biegu.
3. Osoby poniżej 18 roku życia mogą startować pod warunkiem pisemnej zgody prawnego opiekuna i wraz z nim na trasie.
4. Wydarzenie ma charakter promocyjny, a nie rywalizacyjny.
5. Mierzony czas jest tylko dla wiedzy uczestników.

VI. Zgłoszenia

1. Zgłoszenia będą przyjmowane poprzez elektroniczny formularz zapisów dostępny na stronie: www.biegwlomiankach.pl
2. Limit uczestników to 500 osób.

VII. Opłaty

1. Opłata startowa – 10 zł za uczestnika.
2. Dokonanie wpłaty jest obowiązkowe.
3. Wpłaty należy dokonywać zgodnie z formularzem zapisów.
4. Rezygnacja z marszobiegu nie oznacza zwrotu opłaty startowej.
5. Nie istnieje możliwość przeniesienia opłaty startowej na innego zawodnika.

VIII. Postanowienia końcowe

1. Organizator przewiduje medale dla wszystkich którzy ukończą trasę.
2. Wolą organizatora jest, aby uczestnicy założyli czapki Św. Mikołaja, które otrzymają w pakiecie startowym.

-
-
3. Na zakończenie imprezy Organizator przewidział dla uczestników poczęstunek, który odbędzie się w Domu Spotkań Sąsiedzkich w Burakowie. Posiłek wydawany będzie na podstawie otrzymanego medalu.