



REGULAMIN

Bieg nad Łąkami

1 Cele imprezy:

- a Popularyzacja sportu - biegania i Nordic Walking - jako zdrowego sposobu na życie.
- b Promocja Miasta Wołomin oraz Stowarzyszenia Zabiegany Wołomin
- c Integracja środowiska sportowego

1 Organizator : Stowarzyszenie Zabiegany Wołomin

2 Współorganizatorzy:

- a Urząd Miejski w Wołominie,
- b OSIR Huragan Wołomin

TERMIN I MIEJSCE

Bieg nad łąkami odbędzie się 20.06.2021r. (niedziela) w godz. 10.00-15.00 we wsi Leśniakowizna, Start i meta zlokalizowana jest na ul. Krymskiej na tyłach Zespołu Szkolno-Przedszkolnego.

DYSTANSE

W ramach Biegu nad łąkami odbędą się:

- a biegi główne na dystansie 5 000 oraz 10 000 metrów,
- b marsz Nordic Walking na dystansie 5 000 m
- c biegi dziecięce na dystansach 250 metrów dzieci młodsze (do 8 roku życia) i 500 m dla dzieci starszych (do 15 roku życia).

WARUNKI UCZESTNICTWA

- Uczestnikiem zawodów może być osoba pełnoletnia. Dopuszczony jest udział zawodników od 15 roku życia (rok urodzenia 2006 i starsi) za pisemną zgodą rodzica lub opiekuna prawnego.
- Osoby niepełnoletnie poniżej 15 roku życia mogą wziąć udział w zawodach wyłącznie w towarzystwie i pod nadzorem opiekuna prawnego

Oświadczenie dla zawodnika niepełnoletniego :

„Wyrażam zgodę na udział w zawodach w dniuna terenie gminy Wołomin . Jestem pełnoprawnym opiekunem i zapoznałem się z regulaminem

.....”
(podpis opiekuna)

- Rejestracja odbywać się będzie wyłącznie drogą elektroniczną
- Zgłoszenia do biegu głównego będą przyjmowane poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej www.protempo.pl
- Zawodnik powinien posiadać aktualne badania lekarskie.
- W przypadku braku badań zawodnik podpisuje oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału w zawodach oraz o starcie na własną odpowiedzialność (zaświadczenia dostępne w biurze zawodów w dniu imprezy). W imieniu małoletniego oświadczenie podpisuje rodzic lub opiekun prawny.

ZASADY ZACHOWANIA SIĘ UCZESTNIKÓW IMPREZY ISTOTNE DLA BEZPIECZEŃSTWA RUCHU DROGOWEGO

- Po starcie uczestnicy zawodów poruszać się będą oznaczoną znakami trasą.
- Uczestnicy przemieszczać się będą po drogach polnych i ścieżkach leśnych
- Trasa zostanie oznaczona, zaś w newralgicznych miejscach będą stali przedstawiciele służb porządkowych lub wolontariusze
- Wszyscy uczestnicy imprezy zobowiązani są do bezwzględnego zastosowania się do wskazań i poleceń służb porządkowych organizatora oraz osób odpowiedzialnych za imprezę.

ZGŁOSZENIA

- Zgłoszenia do zawodów do dnia 18.06.2021 do godziny 21.00 , wyłącznie drogą elektroniczną na stronie <https://zapisyonline.pl/wydarzenie/279.bieg-nad-lakami> oraz w dniu 19.06.2021 i w dniu zawodów, przed startem w zależności od dostępności numerów startowych.
- Decyduje kolejność zgłoszeń wraz z dokonaną opłatą.
- Uczestnik zawodów, potwierdzając zgłoszenie i dokonując wpłaty opłaty startowej, potwierdza, że rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu nad Łakami w tym zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała oraz urazów fizycznych lub śmierci, a także szkód o charakterze majątkowym i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko.
- Organizator nie zapewnia uczestnikom Biegu nad Łakami jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci, szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub udziałem uczestnika Biegu nad Łakami , a także nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.

ODBIÓR PAKIETÓW:

- W dniu zawodów, czyli 20.06.2021r. w godzinach 8.00-11.00 oraz
- W dniu 19.06.2026 w godzinach 10.00-16.00 w OsiR Huragan ul. Korsaka 4, 05-200 Wołomin.

Upoważnienie do odbioru pakietu startowego na Bieg nad Łakami 20.06.2021r.

Upoważniam Pana/Panią (Imię i Nazwisko) legitymującego/ą się dowodem osobistym (seria, numer) do odbioru mojego pakietu startowego.....(numer startowy)(Imię i Nazwisko) (adres zamieszkania: miejscowość, ulica, nr domu/lokalu) (rok urodzenia).

Jednocześnie oświadczam, że biorę udział w zawodach będąc świadomym swojego stanu zdrowia i biorę za swój udział pełną odpowiedzialność. Na potwierdzenie swoich danych przekazuję do wglądu kserokopię swojego dowodu osobistego.

.....
(Miejscowość, data) (Podpis)

PŁATNOŚCI:

- bieg na dystansie 5 000 metrów - opłata startowa 60 PLN (w dniu zawodów 80 PLN)
- bieg główny na dystansie 10 000 metrów – opłata startowa 60 PLN (w dniu zawodów 80 PLN)
- marsz Nordic Walking na dystansie 5 000 m – opłata startowa 60 PLN(w dniu zawodów 80 PLN)
- biegi dzieci – 20 PLN (w dniu zawodów 30 PLN)

***UWAGA: Członkowie Stowarzyszenia Zabiegany Wołomin opłata startowa:**

- bieg na dystansie 5 000 metrów - opłata startowa 55 PLN (w dniu zawodów 75 PLN)
- bieg główny na dystansie 10 000 metrów – opłata startowa 55 PLN (w dniu zawodów 75 PLN)
- marsz Nordic Walking na dystansie 5 000 m – opłata startowa 55 PLN(w dniu zawodów 75 PLN)

*Członek Stowarzyszenia Zabiegany Wołomin, to osoba która wysłała wypełniła i przesała na adres: kontakt@zabieganywolomin.pl deklarację, która jest dostępna na stronie <https://www.zabieganywolomin.pl/o-nas> oraz opłaci składkę członkowską.

LIMIT UCZESTNIKÓW:

- bieg na dystansie 5 000 metrów – 100 osób
- bieg na dystansie 10 000 metrów – 150 osób
- marsz Nordic Walking na dystansie 5 000 m – 100 osób
- biegi dzieci 250 i 500 metrów – 100 osób

OSOBY NIEPEŁNOLETNIE

- Osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w zawodach wyłącznie w towarzystwie i pod nadzorem opiekuna prawnego. Osoby powyżej 15 roku życia mogą wziąć udział w biegu za pisemną zgodą opiekuna prawnego.

Oświadczenie dla opiekuna prawnego osoby niepełnoletniej biorącej udział w treningu:

„Wyrażam zgodę na udział w zawodach organizowanych w dniu 20 czerwca 2021. na terenie Gminy Wołomin. Jestem pełnoprawnym opiekunem w/w osoby niepełnoletniej.

.....”
(podpis opiekuna prawnego)

PROGRAM

Odbiór numerów startowych – zlokalizowane na starcie biegu na Ul. Krymskiej , na tyłach zespołu szkolno-przedszkolnego w dniu 20.06.2021r. w godzinach 8.00-11.00

- 8.00 – 11.00 wydawanie pakietów startowych
- 10.10 - start dystansu dzieci na 250 m
- 10.20 start dystansu dzieci na 500 m
- 10.45 - rozgrzewka dla dorosłych biegów głównych
- 11.00 - START BIEGU na 5 km
- 11.10 - START BIEGU na 10 km
- 11.15 - Rozgrzewka Nordic Walking
- 11.30 - START NORDIC WALKING na dystansie 5 000 m
- 13.00 - zakończenie biegu głównego i Nordic Walking
- 13.30 - dekoracja zwycięzców biegów głównych i Nordic Walking
- 14.00 – rozłozowanie nagród
- 14.30 – zakończenie

ŚWIADCZENIA DLA UCZESTNIKÓW

- Dla wszystkich uczestników którzy ukończą zawody pamiątkowy medal.
- Posiłek regeneracyjny na mecie biegu.

KATEGORIE – zawody dla dzieci

- do 8 lat – dystans ok. 250 m,
- do 15 lat - dystans ok. 500 m

Kategorie Nordic Walking i Biegu Głównego:

- 15 lat – 30 lat
- 31 lat - 45 lat
- 46 lat – 70 lat

Klasyfikacja open kobiet i open mężczyzn – 3 najlepsze miejsca , bez klasyfikacji wiekowej. W klasyfikacji Open kobiet i mężczyzn nagrody nie dublują się z kategoriami wiekowymi.

INNE

- Wszyscy Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania imprezy i na terenie imprezy, również w czasie dekoracji i po jej zakończeniu;
- W przypadku stwierdzenia przez organizatorów skrócenia trasy przez uczestnika, uczestnik zostanie zdyskwalifikowany;
- Pisemne protesty przyjmować będzie Biuro Zawodów.
- NAGRODY – organizator przewiduje nagrody rzeczowe za pierwsze 3 miejsca w kategorii kobiet i mężczyzn.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne (poza sytuacjami zagrażającymi bezpieczeństwu);
- Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy;
- Uczestnicy imprezy przyjeżdżają na własny koszt;
- Za rzeczy pozostawione lub zagubione w dniu zawodów, organizator nie ponosi odpowiedzialności;
- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie;
- Interpretacja powyższego regulaminu (także spraw wyżej nie ujętych) należeć będzie do organizatorów.