

REGULAMIN biegu

II ECO CIDRY CROSS - Dychej na Księżej Górze Radzionków

10.06.2017 rok

I. ORGANIZATOR

1. Stowarzyszenie „Cidry Lotajom”

41-922 Radzionków ulica Świętego Wojciecha 15

2. Patronat:

Urząd Miasta Radzionków

41-922 Radzionków, ulica Męczenników Oświęcimia 42

3. Patronat medialny:

- GWAREK tygodnik regionalny

II. CELE

1. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.
2. Integracja mieszkańców i środowiska sportowego.
3. Organizowane przez nas zawody mają popularyzować wspólne bieganie, a zaproponowana forma ma uatrakcyjnić bieganie w grupie.
4. Promowanie aktywności fizycznej na terenie Parku Księża Góra i Ogrodu Botanicznego w Radzionkowie.

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w dniu 10 czerwca 2017 roku o godz. 13:00
2. Miejsce: Teren Parku Księża Góra i obiektu MOSIR Radzionków , ul. Księżogórska 90.

IV TRASA I DYSTANS

1. Dystans dla biegaczy i maszerujących wynosi:

- Bieg główny – 10 km

- Nordic Walking – 6,0 km

2. Start nastąpi w godzinach:

- Godzina 13:00 – bieg główny 10 km
- Godzina 13:05 – Nordic Walking 6,0 km

3. Trasa przebiegać będzie częściowo ścieżkami parkowymi oraz drogą asfaltową bez atestu PZLA.

- start i meta będą znajdować się przy kąpielisku w Parku Księża Góra,
- niedopuszczalne jest skracanie trasy biegu,
- trasa jest przedstawiona na mapce sytuacyjnej
- trasa będzie oznaczona co 1 kilometr,
- punkt z wodą na 5 km trasy,
- trasa o zróżnicowanej konfiguracji i podłożu (nawierzchni) .

4. Przed startem biegu głównego odbędą się biegi dla dzieci na dystansach dla których zostanie przygotowany odrębny regulamin. Przewiduje się rozpoczęcie tych biegów o godzinie 11:00. Zapisy za pośrednictwem strony internetowej biegu bez opłaty od dnia 20.04.2017 roku do dnia 2.06.2017 roku oraz w dniu biegu do godz. 10:30.

V. LIMIT CZASU

1. Limit czasu na pokonanie dystansu w biegu i marszu wynosi 1 godzinę 30 minut.
2. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu i marszu w limicie czasu zobowiązani są do zejścia z trasy.
3. Pomiar czasu i ustalenie kolejności zawodników, którzy ukończyli bieg i marsz będzie realizowany systemem elektronicznym. Do klasyfikacji liczony jest czas netto.
4. Chip pomiarowy znajdował się będzie w numerze startowym. Numer startowy winien być umieszczony w widocznym miejscu z przodu na koszulce zawodnika. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona. Zawodnicy bez numeru startowego mogą zostać usunięci z trasy biegu.

VI. UCZESTNICTWO

1. W biegu głównym na dystansie 10 km oraz w Nordic Walking na dystansie 6,0 km może wziąć udział osoba, która rocznikowo ukończyła lat 18.
2. Zawodnicy zobowiązani są do podpisania oświadczenia udziału na własną odpowiedzialność w biegu lub marszu. Osoby, które ukończyły 16 rok życia, mogą wziąć udział w biegu lub marszu pod warunkiem złożenia oświadczenia przez rodziców lub opiekunów prawnych o wyrażeniu zgody na start, podpisanego w obecności obsługi biura zawodów.
- 2a. W biegu lub marszu NW mogą wziąć udział osoby niepełnosprawne z orzeczoną grupą inwalidzką za wyjątkiem osób poruszających się na wózkach z uwagi na profil trasy oraz charakter crossowy.
3. W biegu i marszu NW razem obowiązuje limit startujących, który wynosi 500 osób.

4. O zmieszczeniu się w limicie decyduje data wpływu opłaty startowej na podane konto bankowe, a nie termin zapisania się na bieg.
5. Organizator zastrzega prawo zamknięcia listy startowej przed terminem biegu po wyczerpaniu limitu.
6. Podpisując deklarację uczestnictwa, Uczestnik zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w zawodach. Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, odpowiedzialności cywilnej z tytułu chorób, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub uczestnictwem Uczestnika w imprezie oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności.

VII. ZGŁOSZENIA, OPŁATA STARTOWA

Warunkiem uczestnictwa w Biegu jest dokonanie rejestracji elektronicznej do biegu, opłacenie pakietu startowego przelewem elektronicznym oraz podpisanie deklaracji uczestnictwa podczas odbioru pakietu w dniu zawodów.

Wypełnienie deklaracji uczestnictwa i dokonanie opłaty rejestracyjnej, o której mowa jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.

Organizator zastrzega sobie prawo do odrzucenia każdej deklaracji uczestnictwa, co do którego istnieje podejrzenie, że została wypełniona niezgodnie z prawdą oraz do zdyskwalifikowania każdego Uczestnika, wobec którego istnieje uzasadnione przekonanie, że naruszył warunki niniejszego Regulaminu.

Odbiór pakietów startowych będzie możliwy w dniu 09 czerwca 2017 r w godzinach od 17:00 do 20:00 oraz 10 czerwca 2017 w biurze zawodów w godzinach od 9:00 do 12:00

Biuro zawodów będzie mieścić się w okolicach miejsca startu (Obiekty MOSiR Księża Góra).

Odbiór pakietu startowego będzie możliwy po okazaniu dokumentu tożsamości i podpisaniu formularza zgłoszeniowego w biurze zawodów.

Pakiet startowy składa się:

Rękawki biegowe lub czapka biegowa.

Pamiątkowy imienny numer startowy .

Wodę na trasie biegu i bezpośrednio po nim.

Kupon na ciepły posiłek po ukończeniu biegu.

Upominki przygotowane przez sponsorów.

Opłacenie pakietu startowego oraz pobranie numeru jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.

Zgłoszenia on-line do biegu będą przyjmowane poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej www.cidrylotajom.pl do dnia 02-06-2017 rok.

Kwotę opłaty startowej należy przelać na konto Stowarzyszenia „Cidry Lotajom” ul. Św. Wojciecha 15, 41-922 Radzionków za pośrednictwem systemu rejestracji z modułu płatności dostępnego dla każdego zawodnika.

Każdy z uczestników biegu i marszu ma obowiązek sprawdzenia czy jest umieszczony na liście startowej. Informacja o uiszczeniu opłaty startowej pojawi się na liście zgłoszeń najpóźniej w ciągu 7 dni od dnia wpływu wpłaty na konto organizatora.

Organizator umożliwi dokonywanie zgłoszeń grupowych w terminie do 30.04.2017 roku. Grupy składające się z 10 zawodników uprawnione są do 10% rabatu opłaty startowej od każdego uczestnika, z tym iż opłaty dokonuje osoba zgłaszająca grupę za pośrednictwem elektronicznego systemu rejestracji i opłat.

Opłata startowa wynosi:

40 zł do dnia 30-04-2017 r

36 zł do dnia 30-04-2017 r dla zawodnika zgłaszanego w grupie 10 osobowej (opłata uiszczana łącznie przez kapitana drużyny)

50 zł do 31.05.2017 r

oraz w dniu zawodów **80 zł**.

Osoby z orzeczoną grupą inwalidzką zostają zwolnione z opłaty startowej. Podczas rejestracji na portalu obsługującym bieg osoby te muszą wybrać kategorię osoba niepełnosprawna a podczas weryfikacji w biurze zawodów okazać stosowny dokument potwierdzający posiadane uprawnienie do zwolnienia z opłaty startowej.

Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi i nie ma możliwości przeniesienia na inną osobę.

VIII. KLASYFIKACJA I NAGRODY

1. Każdy uczestnik który ukończy bieg i marsz NW w regulaminowym czasie otrzyma pamiątkowy medal.
2. W biegu **II ECO CIDRY CROSS – Dychej na Księżej Górze Radzionków 2017.** będą prowadzone następujące klasyfikacje generalne mężczyzn i kobiet:

K	16-29	M	16-29
K	30-39	M	30-39
K	40-49	M	40-49
K	50 +	M	50 +

O przynależności do klasyfikacji wiekowych decyduje rok urodzenia. Zwycięzcy oraz 2 i 3 miejsca w poszczególnych klasyfikacjach otrzymają pamiątkowy medal oraz statuetkę.

3. Klasyfikacja w biegach Open na dystansie 10 km oraz Nordic Walking Open 6,0 km – 3 pierwsze miejsca kobiet i mężczyzn.

Nagrody finansowe ufundowane przez organizatora oraz sponsorów

Bieg Open

K	1 m-ce	300 zł	M	1 m-ce	300 zł
K	2 m-ce	200 zł	M	2 m-ce	200 zł
K	3 m-ce	100 zł	M	3 m-ce	100 zł

Nordic Walking

K	1 m-ce	150 zł	M	1 m-ce	150 zł
K	2 m-ce	100 zł	M	2 m-ce	100 zł
K	3 m-ce	50 zł	M	3 m-ce	50 zł

4. W biegu jak i marszu NW zostaną wyłonieni/one trzy/trzej najlepsze/si mieszkańcy Radzionkowa, które/rzy zostaną uhonorowane/i specjalnymi statuetkami.

Puchary za miejsca w kategoriach zarówno biegu jak i NW wręczone zostaną po zamknięciu i zweryfikowaniu list z wynikami.

Wśród uczestników zostaną rozlosowane nagrody rzeczowe bezpośrednio po zakończeniu biegu.

5. Zawodnicy/czki z miejsc 1-3 kategorii Open nie będą brani/e pod uwagę w ustalaniu miejsc w kategoriach wiekowych.

IX. ZASADY MARSZU NORDIC WALKING

1. Definicja marszu Nordic Walking:

„Przemieszczanie się ruchem naprzemiennym, krokami do przodu z zachowaniem stałego kontaktu jednej ze stóp z podłożem, wspomagane specjalnie wykonanymi kijami do Nordic Walking”

2. Elementy prawidłowej techniki Nordic Walking:

- kontakt stopy z podłożem przez cały czas trwania marszu
- naprzemienna do stawianego kroku, obszerna praca ramion co najmniej do linii biodra
- wyraźne odbicie za pomocą kija NW wbijanego ukośnie do tyłu w podłoże na odcinku pomiędzy stopami towarzyszące poszczególnym krokom.

3. Zasady sędziowania

Każdy z Sędziów Zawodów ocenia subiektywnie technikę startujących zawodników i na tej podstawie może karać zawodników upomnieniami, żółtymi i czerwonymi kartkami.

Czerwona kartka – dyskwalifikacja zawodnika zostaje przyznawana za:

- nie sportowe zachowanie w czasie trwania zawodów (stwarzanie swoim zachowaniem zagrożenia dla zdrowia innych zawodników i ich sprzętu, celowe utrudnianie marszu innym zawodnikom, brak kultury w stosunku do innych zawodników, sędziów czy kibiców);
- celowe podbieganie w czasie zawodów;
- poruszanie się poza trasą w celu skrócenia dystansu;

Żółta kartka – kara czasowa 2 minuty jest przyznawana za ocenione przez sędziego:

- a) zauważalnego braku kontaktu jednej ze stóp z podłożem („faza lotu”)
- b) ograniczonej pracy ramion (zgięcie ręki w stawie łokciowym bez ruchomości stawu ramiennego)
- c) braku odbicia z kija (markowanie użycia kija)

Ukaranie kartkami odbywa się przez wyraźne pokazanie ich zawodnikowi. Sędzia zapisuje na odwrocie kartki numer startowy zawodnika wraz z ocenionym przewinieniem. Po zakończeniu zawodów wyniki końcowe są weryfikowane o dostarczone przez sędziów kartki. W przypadku stosowania dodatkowej rundy karnej w rejonie rundy należy umieścić tablicę informacyjną z numerami ukaranych zawodników.

X. BEZPIECZEŃSTWO UCZESTNIKÓW BIEGU

1. Bieg odbędzie się przy ograniczonym ruchu kołowym.
2. Uczestnicy biegu zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności na całej trasie biegu.
3. Zawodnicy winni stosować się do poleceń Policji, Straży Pożarnej, Straży Miejskiej oraz służby porządkowej organizatora.

XI. ZWROTY I REKLAMACJE

Opłata rejestracyjna i koszt zakupionego pakietu startowego są bezzwrotne.

Wszelkie protesty i zażalenia dotyczące kolejności uczestników należy zgłaszać do organizatorów, a jego decyzje są ostateczne i nieodwołalne.

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator zapewnia Uczestnikom obsługę medyczną na czas trwania biegu.
2. Organizator nie zapewnia miejsc noclegowych.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu, wynikające z winy uczestników.
4. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu.
5. Organizator nie pokrywa kosztów medycznych lub transportu związanych z obecnością lub uczestnictwem w biegu.
6. Szatnia i depozyt, będzie mieścić się w budynku Parku Botanicznego / obok miejsca startu/. Zawodnicy oddając rzeczy do depozytu winni je zabezpieczyć w sposób odpowiedni. Wydawanie rzeczy zawodników z depozytu, będzie odbywało się za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru przez zawodnika zwalnia organizatora od odpowiedzialności za przechowywane rzeczy. Organizator nie odpowiada za pozostawione rzeczy wartościowe.
7. Zawody zostaną rozegrane bez względu na pogodę.
8. Wyniki zawodów zostaną umieszczone na stronie internetowej .

9. Osoby biorące udział podczas wspólnego biegu i marszu **II ECO CIDRY CROSS - Dychej na Księżnej Górze** w Radzionkowie wyrażają zgodę na zamieszczenie zdjęć ze w/w biegu na stronie www.facebook.com/cidrylotajom/ oraz www.cidrylotajom.pl.
10. Akceptując niniejszy Regulamin Uczestnik Biegu wyraża zgodę na przetwarzanie przez Organizatora jego danych osobowych przekazanych w procesie rejestracji zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa, w tym ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych oraz niniejszym Regulaminem w celu i na zasadach określonych w Regulaminie.
11. Koszty związane z udziałem w zawodach: dojazd itp. pokrywają uczestnicy.
12. We wszystkich sprawach nieujętych Regulaminem decyduje Organizator Biegu.
13. Kontakt do Stowarzyszenia „Cidry Lotajom” ul. Św. Wojciecha 15 , 41-922 Radzionków adres korespondencyjny ul. Średnia 57, 41-922 Radzionków, email: cidry.lotajom@gmail.com