

# **CZAS NA SPORT**

## **Regulamin**

Bieg na 10km lub na 5km oraz marsz Nordic Walking – 5km na terenie Nadleśnictwa Przytok oraz Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Zielonej Górze ul. Sulechowska, 16 czerwca 2018 (sobota), godzina 11:00!

### **1. CEL IMPREZY:**

- a) Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej wśród młodzieży i dorosłych.
- b) Zachęcanie nieaktywnych dotąd osób do rozpoczęcia i kontynuowania ćwiczeń fizycznych.
- c) Popularyzacja aktywnej formy spędzania czasu w gronie rodziny
- d) Promocja Miasta Zielona Góra

### **2. ORGANIZATORZY IMPREZY**

- a) Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Zielonej Górze
- b) Urząd Miasta Zielona Góra

### **3. TERMIN I MIEJSCE**

Data: 16 czerwca 2018 roku (sobota)

Start biegu: godzina 11:00

Odbiór pakietów:

- dnia 15 czerwca od godz. 16:00-20:00 w szatni w holu głównym Centrum Rekreacyjno-Sportowego,
- w dniu zawodów w biurze zawodów w godzinach 7:30 – 10:00

Miejsce startu i mety:

Parking Centrum Rekreacyjno-Sportowego, ul. Sulechowska 41

Trasa: Start i meta na podłożu twardym, asfaltowym ok. 100m, pozostała trasa prowadzi drogami nieutwardzonymi (90%), parkowymi, nie posiada atestu.

Start jest wspólny.

Pomiar czasu: elektroniczny z wykorzystaniem bezzwrotnych chipów umieszczonych w numerze prowadzony przez firmę super-sport.com.pl.

Wszystkie aktualne informacje dotyczące biegu dostępne będą na stronie [mosir.zgora.pl](http://mosir.zgora.pl) oraz na super-sport.com.pl

### **Mini bieg Czas na Sport**

Od godz. 9:30 biegi dla przedszkolaków (3-6 lat) dystans ok. 100 m, dziewczęta i chłopcy razem. Uczniowie szkół podstawowych: dystanse ok. 250 m (7-10 lat) i ok. 400 m (11-12 lat), dziewczęta i chłopcy osobno. Bieg odbędzie się na nawierzchni trawiasto-piaszczystej. Zgłoszenia do biegu przyjmowane będą w dniu biegów w biurze zawodów od godz. 7:30 – 9:00. Podczas tych biegów nie będzie prowadzony elektroniczny pomiar czasu.

Organizator przygotował łącznie 100 pakietów startowych. Wydawane będą wg kolejności zgłoszeń dla wszystkich kategorii wiekowych.

Kategorie: przedszkolaki; kl. I - IV; kl. V - VI.

## **4. BIURO ZAWODÓW**

a) Zlokalizowane będzie w Zielonej Górze na Parkingu Centrum Rekreacyjno-Sportowego, ul. Sulechowska 41 w dniu 16 czerwca 2018 roku w godzinach od 7:30 do 10.00.

b) W biurze zawodów będą dostępne pakiety startowe w dniu zawodów.

c) Wyznaczone zostanie miejsce przechowywania depozytów, które czynne będzie od godz. 10:00 do 13:00.

## **5. ZGŁOSZENIA**

**Na oba biegi wyłącznie elektronicznie** – od 25 kwietnia 2018 roku od godz. 10:00 do dnia 03 czerwca 2018 r. do godz. 20:00 lub wcześniej do osiągnięcia limitu startowego, poprzez rejestrację na stronie internetowej: **[www.super-sport.com.pl](http://www.super-sport.com.pl)**

\* W przypadku gdy do 03 czerwca 2018 roku nie zostanie osiągnięty limit zgłoszeń, możliwe będzie zapisanie się **osobiście** w biurze zawodów w godzinach jego pracy.

\* Numery startowe wydawane będą za okazaniem dowodu tożsamości, podpisaniu oświadczenia o zdolności zdrowotnej do udziału w biegu, zgody na wykorzystanie

wizerunku dla celów marketingowych MOSiR oraz uiszczeniu opłaty startowej. Za zgłoszenie uważa się: dostarczenie drogą elektroniczną wypełnionego formularza zgłoszenia do udziału w biegach i wpłacenia w terminie opłaty startowej.

\* Osoby, które do 03 czerwca 2018 roku wniosą opłatę za start otrzymają numer startowy z własnym imieniem.

\* Osoby, które w ciągu 5 dni od zgłoszenia nie dokonają opłaty startowej, zostaną wykreślone z listy zapisanych na bieg.

W biegu głównym obowiązuje limit startujących, który wynosi: **300 osób łącznie, w tym 50 osób NW.**

Bieg Dzieci i Młodzieży – 100 osób.

\* O zmieszczeniu się w limicie decyduje termin wniesienia opłaty startowej, a nie termin zapisania się na bieg.

\* Organizator nie zezwala na samowolną zamianę osób zapisanych, poza portalem zapisów elektronicznych. Osoba, która z jakichś przyczyn nie może wystartować w biegu i chce odstąpić swój pakiet innej osobie, musi o tym niezwłocznie poinformować organizatorów, nie później, niż do 03 czerwca 2018 roku, do godz. 20.00 – mailowo lub pisemnie.

\* Organizator nie pośredniczy w odsprzedaży, sprzedanych już wcześniej pakietów startowych.

## **6. WARUNKI UCZESTNICTWA**

a) Uczestnikiem biegu może zostać każda osoba fizyczna, która do dnia 16 czerwca 2018 roku ukończy 16 lat. Warunkiem udziału w biegu jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu długim lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o udziale w biegu na własną odpowiedzialność. Zawodnicy w wieku 16-18 lat (którzy w dniu biegu nie osiągnęli jeszcze pełnoletniości) zobowiązani są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub opiekunów, z ich podpisem, nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia ich do startu jest obecność rodziców lub opiekunów prawnych wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w biurze zawodów.

b) Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów. Zawodnik podczas weryfikacji musi posiadać dowód tożsamości (dowód osobisty lub prawo jazdy).

- c) Ze względu na bezpieczeństwo uczestników biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na rowerach, wrotkach, rolkach, deskorolkach, wózkach.
- d) Wszyscy zawodnicy zobowiązują się akceptować i przestrzegać regulamin biegu oraz przepisy PZLA.
- e) Weryfikacja zawodników odbędzie się w dniu 15 czerwca 2018 roku w godzinach od 16:00 do 20:00 w szatni w holu głównym CRS oraz w biurze zawodów w dniu 16.06 w godzinach od 7:30 do 10:0.
- f) Zabrania się zmieniania dystansu podczas biegu, w przypadku zmiany dystansu nastąpi dyskwalifikacja
- g) Pobranie numeru startowego przez zawodnika będzie równoznaczne z zapoznaniem się z regulaminem biegu, jego akceptacją oraz zgodą na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystaniem wizerunku uczestnika biegu dla potrzeb Organizatorów.
- h) Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numer startowy przymocowany z przodu do koszulki na wysokości klatki piersiowej, w miejscu widocznym dla sędziów i spikera.
- i) Start z numerem startowym innej osoby i pod jej nazwiskiem skutkuje natychmiastową dyskwalifikacją i dopisaniem na liście wyników, przy nazwisko osoby pierwotnie zgłoszonej, symbolu DSQ oznaczającego dyskwalifikację.
- j) Przebywanie na trasie Biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą proszone o zejście z trasy przez obsługę trasy Biegu.
- k) Organizator zwraca uwagę Uczestników Biegu na wielość niebezpieczeństw i zagrożeń wynikających z uczestnictwa w imprezie sportowej, związanych z dużym wysiłkiem fizycznym, które mogą polegać m.in. na ryzyku utraty życia i zdrowia. Organizator zaleca przed rozpoczęciem przygotowań do Biegu oraz w ich trakcie dokonanie stosownych badań medycznych lub konsultacji lekarskiej, w zależności od wieku oraz kondycji fizycznej.
- l) Każdy uczestnik biegu zobowiązany jest do startu w otrzymanej koszulce startowej z logotypami organizatorów biegu. Z obowiązku tego zwolnione są osoby, które nie otrzymały koszulki w swoim rozmiarze.

## **7. WPISOWE**

Na biegi główne oraz marsz Nordic Walking obowiązuje opłata za uczestnictwo. Przy zapisach internetowych wynosi 30 zł (trzydzieści złotych), przy zapisach w dniu zawodów-- jeżeli będą wolne miejsca- opłata wynosi 50zł (pięćdziesiąt złotych)

\* Za datę wniesienia opłaty startowej przyjmuje się datę dokonania płatności za pośrednictwem strony internetowej [super-sport.com.pl](http://super-sport.com.pl)

\* Jeżeli opłata startowa zostanie wniesiona w niewystarczającej wysokości (np. w związku z przekroczeniem liczby uczestników w danym limicie, wynikającym z regulaminu, a decyduje kolejność wpływu opłaty na konto organizatora) uczestnik jest zobowiązany do niezwłocznego uregulowania powstałej różnicy;

## **8. POMIAR CZASU**

a) Pomiar czasu odbędzie się z wykorzystaniem bezzwrotnych chipów umieszczonych w numerze.

b) Brak numeru jest jednoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika.

c) Do klasyfikacji generalnej liczy się czas brutto, w wynikach podany zostanie również czas netto.

d) Zawodnik zobowiązany jest do uczestnictwa w biegu w otrzymanej koszulce biegowej oraz do zamieszczenia numeru startowego na piersi, w widocznym miejscu z przodu, na odzieży wierzchniej.

## **9. PAKIET STARTOWY**

Każdy zarejestrowany zawodnik w ramach opłaty startowej otrzyma : numer startowy z agrafkami, pamiątkowy medal, koszulkę biegową, ciepły posiłek oraz zimny napój, owoce na mecie, a także wodę na trasie biegu. Osobom zapisanym w biurze zawodów oraz w dniu biegu – nie gwarantujemy pełnego pakietu startowego! Rozmiary koszulek będą wydawane zgodnie z kolejnością odbioru pakietu startowego. W przypadku braku żądanego rozmiaru wydany będzie rozmiar najbliższy określonymu podczas rejestracji.

Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany zawartości pakietu startowego.

Pakiety startowe będą dostępne:

- dnia 15 czerwca od godz. 16:00-20:00 w szatni w holu głównym Centrum Rekreacyjno-Sportowego,
- w biurze zawodów w dniu 16 czerwca 2018 roku w godzinach od 7:30 do 10:00.

## **10. KLASYFIKACJA**

generalna kobiet i generalna mężczyzn oraz w grupach wiekowych kobiet i mężczyzn:

- Mężczyźni (ogólna) oraz: M20 (16-29 lat), M30 (30-39), M40 (40-49), M50 (50-59), M60 (60 i starsi),
- Kobiety (ogólna) oraz: K20 (16-29), K30 (30-39), K40 (40-49), K50 (50 i więcej).
- trzy pierwsze osoby w kategorii najlepszy mieszkaniec Zielonej Góry,
- trzy pierwsze osoby w kategorii najlepsza mieszkanka Zielonej Góry,

Nordic Walking

**Kat:** 16 – 45 lat - miejsca 1-3 kobiet, miejsca 1-3 mężczyzn

**Kat :** 45 + - miejsca 1-3 kobiet, miejsca 1-3 mężczyzn

## **11. NAGRODY**

a) Pamiątkowe medale. Wszyscy kończący bieg otrzymają pamiątkowy medal. Zwycięzcy w kategoriach generalnych i kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn od miejsca I do III dodatkowo otrzymają upominki.

b) W Klasyfikacjach nie występuje dublowanie nagród, zawodnik który otrzymał nagrodę w kat. generalnej nie otrzymuje nagrody w kat. Wiekowej itd.

## **12. PRZEPISY KOŃCOWE**

a) Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

b) Obowiązuje limit czasowy – 2 godziny.

c) Organizator nie gwarantuje otrzymania pakietów startowych dla osób zapisujących się w dniu biegu.

d) Organizator zapewnia dla uczestników biegu: wodę na mecie, miejsce przechowywania depozytu, toalety. Organizator udostępni dostęp do pryszniców, które zlokalizowane są w Hali Lekkoatletycznej.

e) Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania imprezy sportowej oraz za zaginięcie rzeczy cennych pozostawionych w depozycie.

f) Każdy uczestnik biegu pokrywa koszty przejazdu we własnym zakresie.

g) Każdego zawodnika obowiązuje estetyczny ubiór sportowy i obuwie sportowe adekwatne do danej dyscypliny sportowej.

h) Każdy uczestnik, który zrezygnuje z udziału w biegu w trakcie jego trwania, powinien bezzwłocznie zgłosić ten fakt obsłudze technicznej będącej na trasie biegu lub w biurze zawodów.

i) Organizator, wszystkie osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją biegu nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za wypadki, ewentualne kolizje, szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po biegu spowodowane przez uczestników imprezy. Uczestnicy ponoszą odpowiedzialność cywilną i prawną za wyrządzone szkody.

j) Uczestnicy biegu wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy.

k) Organizator zapewnia ochronę danych osobowych uczestników biegu zgodnie z wymogami ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 roku o ochronie danych osobowych.

l) Pisemne protesty przyjmuje biuro zawodów w czasie do 15 minut po zakończeniu biegu (tj. w godzinach 13:00-13:15). Będą one natychmiast rozpatrywane przez organizatora.

ł) Wszelkie kwestie sporne dotyczące biegu rozstrzyga organizator. Jego decyzje są ostateczne i niepodważalne.

m) Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników biegu w formie komunikatów pisemnych zamieszczonych na stronie [mosir.zgora.pl](http://mosir.zgora.pl) przed rozpoczęciem biegu.

n) Zawodnicy uczestniczą w biegu na własną odpowiedzialność.

o) Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu.

p) Organizator zapewnia ubezpieczenie biegu, jednakże nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w biegu.

q) Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.

### **13. PROGRAMY ZAWODÓW**

<b>Program</b>	<b>godzina</b>
Odbiór pakietów startowych osób zgłoszonych elektronicznie.	15 czerwca 2018 r. godz. 16:00-20:00
Odbiór pakietów startowych, zapisy – biuro zawodów	7:30 - 10:00
Zapisy do biegów dziecięcych – biuro zawodów	7:30 - 09:00
Rozgrzewka przed biegami dla dzieci	09:15
Start biegów dziecięcych	09:30
Rozgrzewka przed biegami głównymi	10:30
Start biegów na 5 i 10km oraz marszu Nordic Walking	11:00
Zakończenie biegu	13:00
Dekoracja zwycięzców biegów i wręczenie nagród	13:30
Zakończenie festynu	14:30

W przypadku pytań prosimy o kontakt z koordynatorem biegu z ramienia organizatora:

Marek Polewski – [m.polewski@mosir.zgora.pl](mailto:m.polewski@mosir.zgora.pl)

lub firmy prowadzącej pomiar czasu:

Sebastian Domański - [biuro@super-sport.com.pl](mailto:biuro@super-sport.com.pl)