

# Regulamin - IV Polanicki Bieg Zespołowy na 5km

Bieg realizowany przez Fundację Szansa w ramach projektu: „Łączy nas Sport”. Bieg ma na celu promocję aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia oraz integrację społeczną poprzez sport

## TERMIN I MIEJSCE

Polanica-Zdrój, **20.05. 2023r.** - Park Szachowy **godz.11:30 bieg główny** Dystans: 5km, trasa nieatestowana. Trasa biegu prowadzić będzie alejkami parkowymi 20% trasy oraz ścieżkami leśnymi 80% trasy. Trasa będzie oznaczona taśmami ostrzegawczymi widocznymi z każdego miejsca na trasie.

## Przed biegiem głównym odbędą się biegi dla dzieci.

Dzieci mogą biec tylko w obecności rodzica lub opiekuna prawnego, który to przed biegiem musi podpisać zgodę na udział dziecka w zawodach.

## ZAPISY DLA DZIECI w godz.9:30-10:00 (bezpłatnie) przy szachownicy

Kategorie i przybliżone dystanse:

A – dzieci do lat 4 biegnące z rodzicami za rękę, ok 40m

B – dzieci rocznik 2016-2018 ok 80m

C – dzieci rocznik 2013-2015 ok 200m

D – dzieci rocznik 2010-2012 ok 500m

Wszystkie dzieci otrzymują medale, Kat D puchary miejsca I-III Open K i M

## LIMIT CZASU

Limit czasu na pokonanie dystansu 5km wynosi 1 godzinę. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie czasu zobowiązani są do zejścia z trasy.

## ZGŁOSZENIA

Warunkiem uczestnictwa w biegu jest ukończone 18 lat, dokonanie rejestracji elektronicznej, opłacenie pakietu startowego. Odbiór pakietów startowych:

20.05.2023r. godz 10:00-11:15 Park Szachowy w okolicy Informacji

Turystycznej, Parkowa 15, Polanica-Zdrój

Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia oraz nie ponosi odpowiedzialności za możliwe wypadki. Zapewnia jednak obecność ratownika medycznego. Za pomiar czasu odpowiedzialna jest firma

ULTIMASPORT.PL

ULTIMASPORT.PL

W zawodach biorą udział tylko zespoły dwuosobowe np: M+M, K+K, K+M, nie ma możliwości startów indywidualnych. Wszystkie zespoły startują wspólnie o godz 11.30, jednakże 100m po starcie jedna osoba z pary skręca w lewo, a druga w prawo. Wszyscy zawodnicy będą biegali jedną trasą z tym, że jedni będą biegali od początku do końca, a drudzy od końca do początku.

Wszyscy zawodnicy będą mijali się na trasie biegu, dlatego też przyjmujemy

ruch prawostronny w momencie mijania ze względów bezpieczeństwa. W razie niejasności wszelkie zapytania zostaną wyjaśnione w dniu biegu. Do wyniku liczy się wspólny czas obu zawodników.

Jeżeli zdarzy się, że dwóch zawodników z pary pobiegnie w tę samą stronę, nie będą klasyfikowani do nagród. W połowie trasy na ok 2,5km będą sędziowie odpowiedzialni za rejestrację przebiegających uczestników, dlatego też obowiązkowo numer powinien znajdować się w widocznym miejscu z przodu na bluzie lub koszulce zawodnika.

Każdy z zawodników otrzyma medal za ukończenie zawodów oraz poczęstunek, w miarę możliwości finansowych przewidziana jest także Tombola dla wszystkich, którzy ukończą bieg i będą obecni na ceremonii dekoracji. W dniu biegu zostanie zorganizowany depozyt dla zawodników.

### **OPŁATY**

Opłata startowa wynosi (płatność tylko za cały zespół 100zł – po 50zł za osobę) Płatność przelewem na stronie biegu w terminie do 10.05.2023r. Wszyscy opłacony w terminie otrzymują pakiet startowy. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Odbiór pakietu startowego będzie możliwy po okazaniu dokumentu tożsamości oraz podpisaniu formularza zgłoszeniowego w biurze zawodów. Pobranie numeru jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu

### **KLASYFIKACJA I NAGRODY**

Open I-III pary męskie MM.

Open I-III pary żeńskie KK

Open I-III pary mieszane MK

Open I-III pary dowolne u których suma wieku wynosi 100lat i więcej np: kobieta 48lat+mężczyzna 52lata = 100lat lub mężczyzna 55l + mężczyzna 47l=102lata.

**Klasyfikacja drużynowa I-III (pary dowolne)** – w zgłoszeniu w rubryce klub należy wpisać tą samą nazwę. **Drużyna składa się z minimum 3 par.** Można zgłosić dowolną ilość par drużyny, do klasyfikacji zostaną wybrane 3 najlepsze czasy zespołowe.

**Klasyfikacja rodzinna I-III (pary dowolne)** – możliwe warianty: mąż-żona, siostry, bracia, brat-siostra, ojciec/mama-syn/córka, dziadek/babcia-wnuczek, wnuczka, dalsze pokrewieństwo nie będzie zaliczane do klasyfikacji rodzinnej.

### **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Kontakt do organizatora wydarzenia- tel. 663 781 130, email: [vikingrun@wp.pl](mailto:vikingrun@wp.pl)

Organizator ma prawo do zmian w regulaminie imprezy. We wszystkich sprawach nieujętych w regulaminie decyduje Organizator Biegu.