

## ZDROWA DYCHA, ZDROWA 5+

### I. ORGANIZATOR

1. FUNDACJA SZANSA w ramach projektu: „Łączy nas Sport“

### II. CELE

1. Promocja aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia
2. Integracja społeczna poprzez sport

### III. TERMIN I MIEJSCE

1. Polanica-Zdrój, 04.09. 2022r. – BIURIO ZAWODÓW oraz START i META  
ul. Kościelna 2, Polanica-Zdrój, START godz. 11:30
2. Wydawanie pakietów startowych w godzinach 10:00-11:15.
3. Prosimy nie parkować aut w okolicy startu oraz na całej ulicy Kościelnej.
2. Dystans biegu głównego: 10km - trasa nieatestowana, przewyższenia ok 350m ponad 90% trasy ścieżki leśne. Dodatkowo bieg na 5km z małym +, przewyższenie ok 160m, większość trasy ścieżki leśne.

### IV. LIMIT CZASU

1. Limit czasu na pokonanie tras wynosi 2h
2. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie czasu zobowiązani są do zejścia z trasy.

### V. ZGŁOSZENIA

1. Warunkiem uczestnictwa w biegu jest ukończone 18 lat, dokonanie rejestracji elektronicznej, opłacenie w terminie pakietu startowego.
2. Organizator nie zapewnia uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia oraz nie ponosi odpowiedzialności za możliwe wypadki. Zapewnia jednak obecność ratownika medycznego.
3. Za pomiar czasu odpowiedzialna jest firma ULTIMASPORT.PL
4. Każdy z zawodników otrzyma medal za ukończenie zawodów oraz poczęstunek, nagrodzeni zostaną także zwycięzcy w kategoriach podanych poniżej. Możliwa jest także Tombola po ceremonii dekoracji, zależne to będzie od możliwości finansowych.
6. W dniu biegu zostanie zorganizowany depozyt dla zawodników

### VII. OPŁATY

1. Opłata startowa wynosi:

BIEG	do 30.06.2022r.	1.07.-31.08.2022r.	Dzień biegu
10 km	40 zł	50 zł	60 zł
5 km	40 zł	50 zł	60 zł

2. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
3. Odbiór pakietu startowego będzie możliwy po okazaniu dokumentu tożsamości oraz podpisaniu formularza zgłoszeniowego w biurze zawodów.
4. Pobranie numeru jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu

## VIII. KLASYFIKACJA I NAGRODY

### BIEG GŁÓWNY 10KM:

KATEGORIA	MIEJSCA
K 1 18-29 lat	I-III
M 1 18-29 lat	I-III
K 30	I-III
M 30	I-III
K 40	I-III
M 40	I-III
K 50 +	I-III
M 50	I-III
M 60	I-III

**KATEGORIA DUŻYNOWA W BIEGU NA 10KM** (4 osoby w tym 1 kobieta) wybierane są najlepsze czasy z wszystkich biegnących w danej drużynie. **Miejsca I-III**

### BIEG 5KM:

KATEGORIA	MIEJSCA
OPEN K	I-III
OPEN M	I-III

## IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Kontakt do organizatora wydarzenia- tel. 663 781 130, email: vikingrun@wp.pl
2. Organizator ma prawo do zmian w regulaminie imprezy.
3. We wszystkich sprawach nieujętych w regulaminie decyduje organizator