

Regulamin mistrzostw
2 Regionalnej Bazy Logistycznej w Warszawie
w biegach przełajowych

I. Cele i założenia biegu

1. Wyłonienie najlepszych zawodników 2 RBLog
2. Popularyzacja biegania jako najprostszej formy rekreacji
3. Promocja miasta Olsztyn
4. Propagowanie zdrowego trybu życia wśród żołnierzy zawodowych

II. Organizatorzy

1. 5 kompania regulacji ruchu Olsztyn
2. Superczas.pl – Mateusz KOWNACKI

HONOROWY PATRONAT

1. Regionalna Baza Logistyczna w Warszawie

PARTNERZY WSPIERAJĄCY

1. CRS Ukiel - OSIR Olsztyn
2. Bar – restauracyjny U Kasi
3. Tomek Domżański ASICS FrontRunner Polska
4. Sklepbiegowy.com
5. MTZ Szkolenia BHP Tomasz Zieliński



UKIEL
Centrum Rekreacyjno-Sportowe
w Olsztynie



III. Termin i miejsce

1. Zawody odbędą się w dniu 07.03.2017 r. (wtorek) w Olsztynie
2. Rozpoczęcie biegu o godz. 11:00 start i meta znajdować się będą w CRS Ukiel, ul. Kapitańska 23 przy wypożyczalni sprzętu zimowego.
3. Trasa biegu prowadzić będzie drogami i ścieżkami pieszo - rowerowymi wzdłuż linii brzegowej jeziora Ukiel oraz leśnymi i częściowo asfaltowymi. Trasa 3 km - jedna pętla, 8 km – jedna pętla.
4. Trasa będzie oznakowana co 1 km znakami pionowymi.
5. Trasa nie posiada atesty PZLA

IV. ZASADY UCZESTNICTWA

Uczestnicy zobowiązani się do stosowania zasad ruchu drogowego oraz do sygnałów osób zabezpieczających zawody (żołnierze regulacji ruchu).

Uczestnicy biegu zobowiązani są do przypięcia numeru startowego w widoczny sposób na przedniej części stroju startowego. Zabrania się zaginania lub zakrywania części numeru startowego pod groźbą nieklasyfikowania.

Przewidziany limit czasu ukończenia biegu na dystansie 3 km wynosi 30 minut, a na dystansie 8 km limit wynosi – 70 min. Po upływie tego czasu wszyscy zawodnicy zobowiązani będą do opuszczenia trasy biegu.

Żołnierze zawodowi.

W zawodach biorą udział żołnierze zawodowi i max 1 pracownik wojska. Skład zespołów wchodzi 6 zawodników – 4 mężczyzn i 1 kobieta (żołnierz lub jeden pracownik wojska).

Do zawodów dopuszczone będą osoby posiadające aktualne badania lekarskie oraz ważną legitymację służbową. W czasie weryfikacji ww. dokumenty będą sprawdzane przez organizatora w czasie odprawy technicznej w dniu 06.03.2017 r (dotyczy tylko żołnierzy).

Osoby cywilne z Olsztyna i okolic startujące PK (Poza Kwalifikacją).

W biegu mogą brać udział wszyscy chętni nieposiadający przeciwwskazań lekarskich do udziału w biegu przełajowym.

Do biegu dopuszczeni zostaną wyłącznie osoby, które złożą podpisane własnoręcznie, oświadczenie o zdolności do udziału w biegu według wzoru ustalonego przez Organizatora oraz przedstawią dokument tożsamości ze zdjęciem w Biurze Zawodów.

W biegu mogą wziąć udział wyłącznie osoby pełnoletnie.

V. ZGŁOSZENIA

Zgłoszenia elektroniczne są dostępne na stronie internetowej:
<https://superczas.pl/wojsko?iid=935e4c>

Osoby cywilne z Olsztyna i okolic rejestrują się w kategorii PK (Poza Konkurencją).

Zgłoszenia elektroniczne należy dokonywać do dnia 28.02.2017 r.

Osobiste zgłoszenia będą możliwe w Biurze Zawodów. Osoby zgłaszające się w Biurze Zawodów przed biegiem nie będą miały zagwarantowanych numerów startowych oraz ciepłego posiłku.

Biuro zawodów czynne w dniu 07.03.2017 r. od godz. 9:30 w budynku vis a vis wypożyczalni sprzętu zimowego w CRS Ukiel.

Numer startowy dla żołnierzy będą wydane na odprawie technicznej w dniu 06.03.2017 r.

Osoby cywilne z Olsztyna i okolic numery startowe odbierają w biurze zawodów w dniu zawodów.

VI. Program zawodów: 07.03.2017r.

10:00 - uroczyste otwarcie zawodów

11:00 - bieg na 3000 m

11:40 - bieg na 8000 m

12:45 - Zakończenie zawodów, wręczenie nagród i upominków.

VII. Kategorie wiekowe:

Prowadzona będzie klasyfikacja generalna żołnierzy oraz oddzielnie osób spoza wojska w kategorii PK z czasami brutto.

a. mężczyźni: 3000 m

- I grupa - 1 żołnierz do 35 lat
- II grupa - 1 żołnierz pow. 35 lat
- III grupa PK - osoby spoza wojska

b. b. mężczyźni: 8000 m

- I grupa - 1 żołnierz do 35 lat
- II grupa - 1 żołnierz pow. 35 lat
- III grupa PK - osoby spoza wojska

c. kobiety: 3000 m

- kategoria „OPEN” - 1 kobieta (żołnierz lub pracownik wojska)
- kategoria PK - kobiety spoza wojska

O przynależności do poszczególnych kategorii wiekowych decyduje data urodzenia (rok) w chwili rozpoczęcia biegu;

VIII. Pomiar czasu:

- Odbywa się bez chipów, na podstawie monitoringu i zegara elektronicznego oraz stopera
- Podstawą klasyfikacji jest kolejność, w jakiej zawodnicy będą wbiegać na metę.

IX. Klasyfikacja:

- 1) **Indywidualna:** na podstawie zajętych miejsc, oddzielnie na dystansach 8000 m, 3000 m mężczyzn i 3000 m kobiet w poszczególnych kategoriach wiekowych.
- 2) **Drużynowa:** o zajętych miejscach przez zespół decyduje suma punktów uzyskanych przez wszystkich zawodników zespołów. W przypadku równej sumy punktów decyduje lepsze miejsce indywidualne, w biegu na 8000 m w kat. wiekowej powyżej 35 lat (36-100 lat)

X. Nagrody:

1. Dla uczestników Mistrzostw Wojskowych

Indywidualnie: medale, dyplomy, drobne upominki

Drużynowo: puchary

za zajęcie pierwszego miejsca w każdej kategorii (5 kategorii) - nagroda sponsora „sklepiegowy” - 100,00 zł na zakupy w sklepiegowy.

2. Dla osób startujących w kat. PK - drobne upominki

Dla najszybszej kobiety i mężczyzny nagroda sponsora „bar-restauracyjny u Kasi” –w postaci obiadu.

Pozostałe nagrody są uzależnione od hojności sponsorów.

XI. Postanowienia końcowe:

- protesty należy składać do organizatora 15 min po zakończonym biegu;
- wszelkie sprawy nieujęte w regulaminie rozstrzyga organizator zawodów;
- po biegu przewidziany jest poczęstunek: ciepła zupa, herbata i słodkości z „bar-restauracyjny u Kasi”. Dla najlepszych zawodników przewidziana jest nagroda niespodzianka od Pani Kasi „bar-restauracyjny u Kasi”.

Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.

Osoby do kontaktów:

st. chor. szt. Arkadiusz KASPERSKI (tel.: 660771170)

st. kpr Robert Pawlak (Tel.: 506674473)