



Narodowy Bieg Stulecia Odzyskania przez Polskę Niepodległości „Od Bałtyku do Tatr” 7. DOBROMIEJSKI BIEG NIEPODLEGŁOŚCI

REGULAMIN

I. CELE IMPREZY:

1. Godne uczczenie 100-lecia odzyskania przez Polskę niepodległości poprzez ukazanie wartości sportu, który może zjednoczyć wszystkich Polaków dla jednego celu.
2. Zachęcenie do zwiększenia aktywności fizycznej zakończone udziałem w dniu 11 listopada 2018 roku (niedziela) w jednym ze 100 biegów zorganizowanych w 100 miastach na dystansie 10 km ze wspólnym startem o godz. 11:11 i udziałem 100 000 osób ubranych w jednolite dla wszystkich białe lub czerwone koszulki z jednakowymi dla wszystkich dyplomami, medalami, numerami startowymi oraz nagrodami dla zwycięzców.
3. Sporządzenie jednej listy, zwanej w skrócie WYNIKAMI STULECIA, zawierającej wszystkie osoby, które ukończyły swój bieg na dystansie 10 km na atestowanej trasie 11 listopada 2018 roku, w miejscowości zgłoszonej jako miasto-organizator (wykaz na stronie biegstulecia.pl), według uzyskanych czasów.
4. Zwiększenie aktywności fizycznej w rodzinie oraz w różnych grupach społecznych i środowiskowych, w szczególności wśród seniorów, dzieci i młodzieży, osób nieaktywnych sportowo, społecznie i zawodowo.
5. Ukazanie możliwości atrakcyjnego spędzania czasu wolnego, kształtowanie nawyku zdrowego stylu życia; promowanie prozdrowotnych, społecznych, wychowawczych i edukacyjnych wartości sportu.
6. Promocja olimpizmu, rywalizacji w duchu fair play oraz idei coubertinowskiej - "ważny jest udział, a nie zwycięstwo".
7. Promocja Dobrego Miasta.

II. ORGANIZATORZY:

**Koordynatorem biegu jest Klub Sportowy Ski Test Kraków
Oficjalna strona biegu: biegstulecia.pl**

- Lokalnym organizatorem jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Dobrym Mieście,
WSPARCIE:

- ✓ Szkoła Podstawowa nr 3 im. Rotmistrza Witolda Pileckiego w Dobrym Mieście,
- ✓ 20. BARTOSZYCKA BRYGADA ZMECHANIZOWANA,
- ✓ Policja Dobre Miasto,
- ✓ OSP Dobre Miasto.

Bieżące informacje zamieszczane są na stronie:

<https://www.facebook.com/events/173613706613000/>



3. TERMIN I MIEJSCE:

Zawody odbędą się 11 listopada 2018 r. (niedziela) o godzinie 10:00.

START i META: ul. Warszawska w Dobrym Mieście (przy Urzędzie Miejskim).

4. TRASA I DYSTANS BIEGU GŁÓWNEGO:

- Dystans: 10 kilometrów.
- Trasa: asfalt, kostka brukowa - ulice Dobrego Miasta: Warszawska, Ks. Emila Rzeszutka, Orła Białego, Malczewskiego, Kościuszki, Pułaskiego, Kościuszki, Sierakowskiego, Świerczewskiego, Traugutta, Dąbrowskiego, chodnik przy drodze krajowej 51, Wojska Polskiego (od skrzyżowania z drogą nr 507), Fabryczna, Krótka, Zwycięstwa, Kolejowa, Chodkiewicza, Pl. 1 Sierpnia, Pionierów, Kolejowa, Grudziądzka, Łużycka w kierunku Knopina, nawrót za mostkiem, Łużycka, Warszawska.
- Trasa posiadająca **atest PZLA**, oznakowana co 1 km.
- Trasa zabezpieczona, zamknięta dla ruchu kołowego.
- Wspólna rozgrzewka 10:55
- **Start 11:11.**
- Limit czasu 90 min.

5. WARUNKI UCZESTNICTWA:

Aby wziąć udział w biegu na 10 km, należy mieć ukończone 15 lat. Przy zapisach uwzględniany będzie rocznik. Zawodnicy powyżej 18 roku życia podpisują oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność. Zawodnicy wszystkich biegów zobowiązani są do przedstawienia zaświadczenia lekarskiego o zdolności do udziału w biegach długodystansowych lub do podpisania oświadczenia udziału na własną odpowiedzialność. Osoby poniżej 18. roku życia muszą posiadać podpisaną zgodę i oświadczenie rodziców i przybyć na zawody z opiekunem.

Zgłoszenia do biegu na 10 km przyjmowane będą wyłącznie za pomocą formularza zgłoszeniowego online dostępnego na stronie: www.superczas.pl

I termin - do 20.06.2018 r. do godz. 23.59 - gwarantowany rozmiar koszulki i pełny pakiet startowy.

II termin - od 21.06 do 15.09.2018 r. do godz. 23.59 - bez gwarancji otrzymania właściwego rozmiaru koszulki pełny pakiet startowy.

III termin – od 16.09.2018 r. do 5.11.2018 r. do godz. 23.59 – gwarantowany pakiet startowy **organizatora**.

Limit uczestników w biegu na 10 km – 300 osób.

Zgłoszenia do biegów dziecięcych przyjmowane są wyłącznie za pomocą formularza zgłoszeniowego online dostępnego na stronie: www.superczas.pl do 8.11.2018 r. do godz. 23.59. oraz 11.11.2018 r. w biurze zawodów w godz.: 8:00 – 9:30.

6. KLASYFIKACJA:

W Narodowym Biegu Stulecia (7. Dobromiejskim Biegu Niepodległości) będzie prowadzona następująca klasyfikacja:

- Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn, miejsca 1-3: medale.
wszyscy zwycięzcy biegów w Polsce (pierwsza kobieta, pierwszy mężczyzna) otrzymają nagrody o jednakowym charakterze (dzieła artystów-plastyków, promujących osoby związane z danym terenem, jak i nawiązujące do danej miejscowości czy regionu), o wartości nie mniejszej niż 300 zł i nie większej niż 500 zł.
- Klasyfikacja w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn miejsca 1-3: medale
 - ✓ 15 – 17 lat.
 - ✓ 18 – 35 lat
 - ✓ 36 – 45 lat
 - ✓ 46 – 55 lat
 - ✓ 56 lat i starsi
- Klasyfikacja prowadzona będzie według czasów brutto.
- Miejsca dublują się.

Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg główny otrzymają medale pamiątkowe.

6. OPŁATA STARTOWA I PAKIETY STARTOWE - 10 km:

- Opłata startowa w biegu na 10 km wynosi **50 zł (termin I i II), 20 zł (termin III)**. Należy ją wpłacić na rachunek OSiR Dobro Miasto nr konta **53 8857 1041 3004 0400 2365 0004**:
 - ✓ **I termin do 20.06.2018 r.** - gwarantowany rozmiar koszulki (w tytule proszę podać imię i nazwisko z dopiskiem „Bieg stulecia”);
 - ✓ **II termin od 21.06 do 15.09.2018 r.** - bez gwarancji otrzymania właściwego rozmiaru koszulki (w tytule proszę podać imię i nazwisko z dopiskiem „Bieg stulecia”).
 - ✓ **III termin* – od 16.09.2018 r. do 4.11.2018 r. do godz. 23.59 – do wyczerpania pełnych pakietów startowych (120 szt.) opłata wynosi 50 zł, w dalszej kolejności opłata startowa wynosi 20 zł** - gwarantowany pakiet startowy organizatora, (w tytule proszę podać imię i nazwisko z dopiskiem „Bieg stulecia”)
- **30 zł dla posiadaczy i za okazaniem przy odbiorze pakietu startowego „PASZPORTU STULECIA” (termin I i II);**
- Przy odbiorze pakietu startowego prosimy o okazanie dowodu wpłaty. Odbiór pakietów startowych w Biurze Zawodów w siedzibie OSiR w Dobrym Mieście przy ul. Olsztyńskiej 14 w dniach 8-9.11.2018 r. w godz. 8.00 – 14.00 oraz w dniu zawodów w Biurze zawodów w Urzędzie Miejskim w Dobrym Mieście przy ul. Warszawskiej 14 w godz. 8.00 – 9.30.
- Pełne pakiety startowe (50 zł) limit uczestników **120 biegaczy**:
 - ✓ numery startowe;
 - ✓ chip do pomiaru czasu;

- ✓ koszulki wykonane z materiału oddychającego z krótkim rękawem w kolorach białym i czerwonym z dwustronnym nadrukiem (na piersiach – nazwa i logo biegu, na plecach – miasta-organizatorzy);
- ✓ medale z okolicznościową szarfą biało-czerwoną zapewnione przez koordynatora (dla biegaczy, którzy ukończą bieg na 10 km);
- ✓ dyplomy dwustronne za ukończenie biegu (na odwrocie miasta-organizatorzy);
- ✓ pamiątkowe worki/plecaczki w kolorze czerwonym z białym nadrukiem.
- Pakiety startowe organizatora (20 zł) **180 biegaczy**:
 - ✓ numery startowe;
 - ✓ chip do pomiaru czasu;
 - ✓ medale z okolicznościową szarfą biało-czerwoną zapewnione przez organizatora (dla biegaczy, którzy ukończą bieg na 10 km);

7. BIEGI DLA DZIECI (Przy zapisach uwzględniany będzie rocznik.)

Kategorie wiekowe:

- Dziewczęta, chłopcy 6 - 8 lat ok. 150 m, start o godz. 10.15 – ul. Warszawska
- Dziewczęta, do 9 lat ok. 300 m, start o godz. 10.20 – ul. Warszawska
- Chłopcy do 9 lat ok. 300 m, start o godz. 10.25 – ul. Warszawska
- Dziewczęta do 12 lat ok. 600 m, start o godz. 10.30 – ul. Warszawska – 2 pętle po 300 m.
- Chłopcy do 12 lat ok. 600 m, start o godz. 10.35 – ul. Warszawska – 2 pętle po 300 m.
- Dziewczęta, do 15 lat ok. 600 m start o godz. 10.40 – ul. Warszawska – 2 pętle po 300 m.
- Chłopcy do 15 lat ok. 600 m start o godz. 10.45 – ul. Warszawska – 2 pętle po 300 m.

W biegach dziecięcych nie obowiązuje opłata startowa.

Klasyfikacja

Medale i dyplomy za miejsca I-III

Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą biegi dziecięce otrzymają pamiątki z biegu.

8. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Każdy z uczestników imprezy biegowej zobowiązany jest do przedstawienia aktualnego badania lekarskiego wykluczającego przeciwwskazania zdrowotne co do udziału w zawodach lub podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych co do udziału w zawodach.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu (na starcie, trasie i mecie).
- Organizator zapewnia toalety.
- Każdego zawodnika obowiązuje estetyczny ubiór sportowy i obuwie sportowe adekwatne do danej dyscypliny.



- **Uczestnicy biegu głównego, którzy odbiorą pakiety startowe zobowiązani są do startu w koszulkach białych lub czerwonych przekazanych przez Organizatora.**
- Uczestnicy biegu głównego zobowiązani są do przypięcia na piersi otrzymanego numeru startowego.
- W biegu głównym prowadzony będzie pomiar czasu. Każdy z zawodników otrzyma **chip zwrotny**, który musi zostać przytwierdzony zgodnie z instrukcją Organizatora i **bezzwłocznie oddany** po dokonaniu odczytu na mecie.
- Zawodnicy zobowiązani są do przestrzegania zaleceń służb medycznych, porządkowych, sędziów i organizatorów.
- Po przekroczeniu limitu czasu biegu głównego zawodnicy zobowiązani są do zejścia z trasy biegu.
- Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.
Wyniki oraz zdjęcia z biegu zostaną zamieszczone na stronie:
www.osir.dobremiasto.com.pl, superczas.pl,
<https://www.facebook.com/events/173613706613000/>