

Regulamin

Biegu Miodobrania Kurpiowskiego 2023

1. Cel imprezy

- popularyzacja biegania jako najprostszej formy rekreacji fizycznej wśród dzieci i młodzieży oraz osób dorosłych
- propagowanie terenu Kurpiowskiej Krainy jako miejsca przyjaznego aktywnemu spędzaniu wolnego czasu oraz wypoczynku wśród zielonych łąk i lasów Kurpiowszczyzny
- Promocja miasta i gminy Myszyniec oraz Powiatu Ostrołęckiego na arenie ogólnopolskiej
- Obchody 50-lecia istnienia Gminy Myszyniec oraz 30-lecia odzyskania Praw Miejskich

2. Współorganizatorzy

- Miejski Klub Lekkoatletyczny w Myszyńcu
- Gmina Myszyniec
- Regionalne Centrum Kultury Kurpiowskiej w Myszyńcu
- Powiat Ostrołęcki

3. Termin i miejsce

- sobota 26 sierpnia 2023 r. **12:00**
- Biuro biegu czynne od **09:00 do 11:00 (odbiór pakietów / zapisy na biegi dla dzieci i młodzieży do 30 minut przed każdym startem)**
- Kurpiowska Kraina (Wydmusy, ul. Miodobrania 1) nad Zalewem Wykrot obok Karczmy Kurpiowskiej (wyjazd autokarami na start w Myszyńcu)
- Dekoracja osób nagrodzonych: Biegi dzieci i młodzieży **13:30**, Bieg Główny **14:00**
- Zakończenie imprezy ok. godz. **15:00 na scenie głównej Miodobrania**

4. Trasa Biegu, Dystans

- **Start na 10 km** spod dworca autobusowego w Myszyńcu, ulicami Plac Wolności, Sienkiewicza, Stacha Konwy, Kolejowa oraz poprzez miejscowości Drężek i Wykrot.
- **Dowóz na Start w Myszyńcu autokarami z napisem Bieg 10km z parkingu obok Karczmy Kurpiowskiej o godz. 11:00 - 11:15 - 11:30**
- **Meta** na Kurpiowskiej Krainie nad Zalewem Wykrot obok Karczmy Kurpiowskiej
- **Trasa Biegu** posiada atest **PZLA** (90 % droga asfaltowa, 10 % kostka brukowa)
- Biegi dla dzieci i młodzieży** – Parking obok Karczmy Kurpiowskiej na Kurpiowskiej Krainie
- Trasa będzie oznaczona znakami na 1 km, 2 km, 5 km, 9 km
- Na trasie będą znajdowały się kurtyna wodna (5 km) oraz 2 punkty nawadniające: w okolicy 3,5 km oraz 7 km obok sklepu Groszek w Wykrocie.

START Biegów dla dzieci o godz. 11:30

5. Kategorie wiekowe

- Open – miejsca 1-3 w kategorii Kobiet i Mężczyzn
- Kat. Wiek wśród Kobiet i Mężczyzn
- 16-19 lat, 20-29, 30-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70 i starsi
- w kategorii wiekowej o przynależności decyduje rok urodzenia

Biegi towarzyszące dla dzieci i młodzieży:

200 m – rocz. 2023-2017 – do lat 6 (11:30)

400 m – rocz. 2016-2014 – 7-9 lat (11:40)

800 m – rocz. 2013-2011 – 10-12 lat (11:50)

1200 m – rocz. 2010-2008 – 13-15 lat (12:00)

5. Warunki uczestnictwa

- podpisanie zgody o braku przeciwwskazań do udziału w biegu (poniżej 18 roku życia pisemne oświadczenie opiekuna prawnego o zgodzie na start w biegu)
- w biegu na 10 km startować mogą wszyscy chętni od 16 roku życia (decyduje data urodzenia w dniu biegu)
- posiadanie dowodu tożsamości
- podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do odzieży wierzchniej z przodu ciała na wysokości klatki piersiowej lub pasa
- opłata startowa jest równa:
 - **50 zł** (płatność przelewem do 30 czerwca 2023 r.)
 - **60 zł** (płatność przelewem od 01 do 31 lipca 2023r.)
 - **80 zł** (płatność przelewem od 01 do 21 sierpnia 2023r.)
 - **100 zł** (płatność gotówką w dniu biegu)
- **płatność przelewem na konto Miejskiego Klubu Lekkoatletycznego w Myszyńcu o numerze: 22 8920 0001 0000 1254 2000 0030**
- **tytułem: wpłata za Bieg Miodobrania 2023 imię i nazwisko wpłacającego, nazwa miejscowości**
- **zawodnicy z gminy Myszyniec – 50% opłaty startowej**
- **Biegi dla Dzieci – brak opłaty**
- zgłoszenia do biegu na **[stronie www.superczas.pl/miodobranie2023](http://www.superczas.pl/miodobranie2023) do godz. 23:59 w poniedziałek 21 sierpnia 2023 r.**
- w biegach dla dzieci istnieje możliwość zapisów w dniu zawodów gdy będą wolne miejsca
- tel. do organizatora 509 064 777 – Robert Michajłow
- e mail – robert.michajlow@gmail.com

6. Pakiet startowy na 10km zawiera:

- numer startowy z agrafkami (imienny dla zapisanych przez Internet)
- elektroniczny pomiar czasu (chip zwrotny po biegu)
- pamiątkowy medal na mecie biegu
- słoiczek miodu pszczelego wielokwiatowego (ok. 320 g) z Kurpiowszczyzny
- pieczywo regionalne (chlebek na liściu)
- wodę mineralną
- okolicznościowe gadżety

7. Nagrody

Wszystkie klasyfikacje wyliczone będą wg. czasów brutto czyli od momentu strzału startera do przekroczenia linii mety. Do wiadomości Uczestników podane będą również czasy netto czyli od faktycznego przekroczenia linii startu, do przekroczenia linii mety.

Nagradzane kategorie:

- Puchary za I miejsca w kat. kobiet i mężczyzn oraz dzieci (dziewcząt i chłopców)
- za miejsca 1-3 w OPEN oraz kat. wiekowej – nagrody rzeczowe
- za miejsca 1-3 dla najlepszych zawodników z Gminy Myszyniec (bieg na 10 km)
- za miejsca 1-3 dla najlepszych zawodników z Powiatu Ostrołęckiego (bieg na 10 km)

UWAGA- zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji OPEN nie otrzymują nagród w klasyfikacji wiekowej

- za miejsca 1-3 w biegach dla dzieci (dziewcząt i chłopców) - nagrody rzeczowe
 - nagroda dla najmłodszego, oraz najstarszego uczestnika zawodów
 - nagroda finansowa w wysokości 500 zł za pobicie aktualnego rekordu trasy Biegu Miodobrania w kat. Kobiet i Mężczyzn
- Rekord Biegu Kobiet 42:51 – 2022 r. (Weronika Lenkiewicz)
Rekord Biegu Mężczyzn 31:56 – 2022 r. (Damian Świerdzewski)

8. Wyżywienie

- napoje i poczęstunek po biegu dla każdego uczestnika zawodów w zagrodzie kurpiowskiej obok Biura Biegu oraz ognisko z pieczoną kiełbaską i stolikiem kawowym oraz słodkościami w postaci: pączków, jagodzianek, bułeczek z serem, z makiem, z budyniem i powidłami

9. Noclegi

- Zacisze - Noclegi Myszyniec tel. 604 441 072
- Zajazd U Dwidka Noclegi Restauracja Myszyniec tel. 29 643 82 49
- Karczma Kurpiowska na Kurpiowskiej Krainie w Wydmusach, ul. Miodobrania 1- tel. 508 508 003
- Restauracja - Noclegi „KUR” Myszyniec tel. 502 350 100
- Kompleks kempingowy dla kamperów oraz pole namiotowe wraz z niezbędnymi instalacjami i pełnym zapleczem sanitarnym – Kurpiowska Kraina w Wydmusach, ul. Miodobrania 1

10. Opieka lekarska

- Organizator zapewnia opiekę lekarską na czas trwania imprezy

11. Ubezpieczenie

- Uczestnicy biegów ubezpieczają się we własnym zakresie

12. Patronat medialny

- Maratony Polskie.PL, Tygodnik Ostrołęcki, Moja Ostrołęka, eOstrołęka.pl

13. Postanowienia końcowe

- Interpretacja powyższego regulaminu należeć będzie do organizatora

Myszyniec 24.02.2023 r.

Organizatorzy