

REGULAMIN IMPREZY BIEGOWEJ

IV BIEGIEM PO WICHROWSKICH LASACH

II GRAND PRIX WARMII

POD PATRONATEM DYREKTORA REGIONALNEJ DYREKCJI LASÓW PAŃSTWOWYCH W OLSZTYNIE

1. CEL IMPREZY:

Popularyzacja i upowszechnienie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej.
Promocja Nadleśnictwa Wichrowo i Dobrego Miasta.

2. ORGANIZATOR:

Nadleśnictwo Wichrowo

3. WSPÓŁORGANIZATORZY:

Gimnazjum Publiczne im. Jana Pawła II w Dobrym Mieście, Stowarzyszenie Przyrodnicze „Zielona Warmia”, OSiR w Dobrym Mieście.

4. II GRAND PRIX WARMII:

Bieg główny na 10 km kończy cykl czterech biegów pod nazwą II Grand Prix Warmii.
Regulamin cyklu znajduje się na stronie Gimnazjum Publicznego im. Jana Pawła II w Dobrym Mieście - <http://gimpub.net/biegamy>, oraz www.osir.dobremiasto.com.pl

5. TERMIN I MIEJSCE:

Impreza odbędzie się 13.06.2015 w godzinach 8³⁰-14⁰⁰ na trasach wyznaczonych w Nadleśnictwie Wichrowo. **Oficjalne otwarcie imprezy - godzina 10⁰⁰.**

Start i meta wszystkich biegów: **siedziba Nadleśnictwa Wichrowo k. Dobrego Miasta**

Marsz z kijami (Nordic walking)

Dobre Miasto – Wichrowo – ok. 10 km

Start: **Dobre Miasto ul. Garnizonowa – parking pod lasem, o godz. 9.00**

Meta: Nadleśnictwo Wichrowo

6. TRASA I DYSTANS BIEGU GŁÓWNEGO:

Start i meta biegu: **siedziba Nadleśnictwa Wichrowo k. Dobrego Miasta**

10 km - 2 pętle po 5 km – kros w terenie leśnym (każda z pętli składa się z dwóch części 2500 m i 2500 m) - start o godz. 11.30

klasyfikacje kobiet i mężczyzn w następujących kategoriach:

- 16-19 lat

- 20-29 lat

- 30-39 lat

- 40-49 lat

- 50-59 lat
- 60 lat i starsi

7. BIEGI DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

Kategorie wiekowe:

Do 8 lat ok. 200 m start o godz. 10.10

Do 12 lat ok. 600 m start o godz. 10.20

13-15 lat ok. 2500 m start o godz. 10.35 – teren leśny

8. BIEG DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ

ok. 400 m start o godz. 11.00

9. OFICJALNY TRENING:

6 czerwca o godz. 10.00 w Nadleśnictwie Wichrowo odbędzie się trening dla uczestników biegów, w czasie którego będzie możliwość zapoznania się z trasami biegów.

10. WARUNKI UCZESTNICTWA:

Uczestnikiem biegu głównego może zostać każda osoba która do dnia 13.06.2015 ukończy 16 lat. Warunkiem udziału w biegach jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu na własną odpowiedzialność. W przypadku nieletnich oświadczenie podpisuje opiekun prawny.

Wszyscy zawodnicy startujący w biegach, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości (dowód osobisty, legitymacja szkolna) celem kontroli daty urodzenia.

Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu biegów.

Weryfikacja zawodników wszystkich biegów w Biurze Zawodów w dniu: 13.06.2015 w godz. 8.30 -10.00

Odbiór pakietów startowych do biegu głównego na 10 km w Gimnazjum Publicznym im. Jana Pawła II w Dobrym Mieście przy ul. Garnizonowej 20 w dniach 11 – 12 czerwca w godz. 8.00 -15.00 oraz w Biurze Zawodów w dniu 13.06.2015 w godz. 8.30 -10.00.

Limit czasu ukończenia biegu głównego wynosi 1,5 godz.

Limit czasu ukończenia marszu Nordic walking wynosi 2,5 godz.

11. ZGŁOSZENIA:

Do **biegu głównego** zgłoszenia przyjmowane są za pomocą formularza zgłoszeniowego online dostępnego na stronie: **www.superczas.pl/wichrowo** do 9.06.2015 do godz. 23⁵⁹.

W wyjątkowych sytuacjach (problem z dostępem do internetu) dopuszcza się rejestrację w dniu zawodów, **w nieprzekraczalnym czasie, do godz. 9⁰⁰** - nie więcej niż 20 zawodników.

Do **biegów dla dzieci i młodzieży, osób niepełnosprawnych oraz marszu Nordic walking** zgłoszenia przyjmowane są do 11.06.2014 r. do godz. 15.00 na adres Gimnazjum Publicznego im. Jana Pawła II w Dobrym Mieście ul. Garnizonowa 20 11-040 Dobre Miasto Tel/fax 89 6161091 na formularzach dostępnych na stronie biegów.

W dniu zawodów zgłoszenia przyjmowane są w **nieprzekraczalnym czasie - pół godziny** przed każdym startem w Biurze Zawodów w Wichrowie (dotyczy również marszu Nordic walking – Dobre Miasto, ul. Garnizonowa – parking pod lasem).

12. OPŁATA STARTOWA:

- a. **20 zł** w przypadku rejestracji elektronicznej i uiszczenia kwoty przelewem na rachunek OSiR Dobre Miasto nr konta **53 8857 1041 3004 0400 2365 0004** w terminie do 9.06.2015 r. (w tytule proszę podać imię i nazwisko z dopiskiem „Biegiem po Wichrowskich lasach”)
- b. **30 zł** w przypadku uiszczenia opłaty w Biurze Zawodów w dniu 13.06.2015 r.

W przypadku braku potwierdzenia wpłaty na liście startowej zamieszczonej na stronie organizatora (opóźniony transfer środków) prosimy o zabranie i okazanie dowodu wpłaty.

13. KLASYFIKACJA:

W biegu głównym prowadzone będą klasyfikacje:

- indywidualne: generalna, generalna kobiet i mężczyzn,
- w kategoriach wiekowych: kobiet i mężczyzn,
- najszybszy dobromieszczanin: kobiety i mężczyźni,
- najszybszy leśnik: kobiety i mężczyźni.

14. NAGRODY:

W biegu głównym zawodnicy otrzymują nagrody:

- c. pamiątkowe medale dla 200 pierwszych uczestników,
- d. w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn za miejsca od I – III – statuetka + nagrody rzeczowe,
- e. w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn za I m – statuetka, za miejsca I – III dyplomy,
- f. w kategorii najszybszy dobromieszczanin: kobiety i mężczyźni za I m – statuetka, za miejsca I – III dyplomy,
- g. w kategorii najszybszy leśnik: kobiety i mężczyźni za I m – statuetka, za miejsca I – III dyplomy,
- h. wśród zawodników, którzy w limicie czasu pokonają całą trasę biegu głównego zostaną rozlosowane dodatkowe nagrody.

Imprezy towarzyszące:

- a. Statuetki za miejsca I – III w kategorii Nordic walking
- b. Do 8 lat za I m – statuetka, za miejsca I – III dyplomy
- c. Do 12 lat I m – statuetka, za miejsca I – III dyplomy
- d. 13-15 lat I m – statuetka, za miejsca I – III dyplomy
- e. Osoby niepełnosprawne – I m - statuetka, za miejsca I – III dyplomy
- f. każdy zawodnik, który ukończy bieg otrzyma certyfikat,
- g. wśród zawodników, którzy w limicie czasu pokonają całą trasę marszu Nordic walking zostaną rozlosowane dodatkowe nagrody.

15. ŻYWIENIE, TRANSPORT:

Organizatorzy zapewniają transport z Dobrego Miasta do Wichrowa i z powrotem. Wyjazd z parkingu przy kościele na ul. Garnizonowej o godz. 9.00, z ronda w Dobrym Mieście o godz. 9.05. Powrót z Wichrowa ok. godz. 14.00.

Koszty własnych dojazdów i wyżywienia każdy zawodnik pokrywa we własnym zakresie. W dniu zawodów śniadanie każdy spożywa we własnym zakresie. Na mecie każdy zawodnik otrzyma ciepły posiłek regeneracyjny.

16. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

Protesty dotyczące wyników biegu głównego można wnieść wyłącznie na piśmie do biura zawodów w ciągu godziny po zakończeniu biegu po wpłaceniu kaucji w wysokości 200 zł. W przypadku skargi nieuzasadnionej kaucja nie podlega zwrotowi i będzie wpłacona na cele charytatywne.

Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu (na starcie, trasie i mecie).

Organizator zapewnia szatnie – przebieralnie, szatnie depozytowe na starcie i mecie biegu.

Organizator zapewnia toalety na starcie i mecie.

Każdy uczestnik biegu głównego i marszu Nordic walking otrzyma numer startowy, który musi być przypięty z przodu na piersiach.

Każdy uczestnik biegu głównego otrzyma chip, który musi być przymocowany do buta. Chip musi zostać zwrócony po ukończeniu biegu, co jest warunkiem klasyfikowania uczestnika biegu.

Każdego zawodnika obowiązuje estetyczny ubiór sportowy i obuwie sportowe adekwatne do danej dyscypliny.

Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.

SERDECZNIE ZAPRASZAMY