



I BIEG ULICZNY OBROŃCÓW PŁOCKA 1920 ROKU NA DYSTANSIE 10 KM

ORGANIZATOR

Klub Sportowy Płock Biega No Age Limit

www.plockbiega.pl

tel 604 122 997 email: noagelimit2014 @o2.pl

- Artur Kamiński tel 693 137 996
- Dariusz Łomicki tel 501 142 943
- Bogdan Makowski tel 604 122 997

WSPÓŁORGANIZATOR

Gmina Miasto Płock

REGULAMIN BIEGU

CEL

- Upamiętnienie bohaterskiej obrony miasta Płocka przed bolszewikami w 1920 roku
- Promocja miasta Płocka i upowszechnienie biegów masowych
- Popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu

DATA BIEGU

- **20 sierpnia 2016 rok**
- **Start godzina 18.00**

TRASA BIEGU

Początek i koniec biegu Stary Rynek. Trasa bez atestu, dystans 10 km nawierzchnia zróżnicowana, asfalt i ścieżka betonowa. Ze względu na układ komunikacyjny każdego zawodnika obowiązuje limit pokonania trasy 1 godz 30 min. Punkt odżywczy woda mineralna niegazowana na 5 km

PROGRAM SZCZEGÓŁOWY

1. 19 sierpnia 2016r. Biuro zawodów czynne w godz. 17-19.30 (Hala sportowa Liceum Ogólnokształcącego w Płocku im. ST. Małachowskiego w Płocku przy ul.St. Małachowskiego 1
2. 20 sierpnia 2016r
 - 13.00 – otwarcie biura zawodów
 - 17.00 – zamknięcie biura zawodów
 - 17.45 – powitanie zawodników na linii startu
 - 18.00 – start biegu
 - ok 20 ogłoszenie wyników, wręczenie nagród, zakończenie imprezy

KLASYFIKACJA

- Generalne kobiet i mężczyzn oraz w kategoriach wiekowych

M-18 /16-19 lat/ K 18 /16-19 lat/

M- 20 /20-29 lat/ K 20 / 20-29 lat/

M-30 / 30-39 lat/ K-30 / 30-39 lat/

M-40 / 40-49 lat/ K-40 / 40-49 lat/

M-50 /50-59 lat/ K-50 /50-59 lat/

M-60 /60-69 lat/ K-60 /60-69 lat/

M-70 /70-79 lat/ K-70 /70-79 lat/

- Klasyfikacja mieszkańców miasta Płocka K i M (na podstawie dowodu zameldowania)
- Klasyfikacja drużynowa – 5 najlepszych drużyn / wygrywa drużyna której suma czasu jest najmniejsza/. Drużyna składa się z 3 zawodników i jednej zawodniczki, o jednakowo brzmiącej nazwie.

POMIAR CZASU

Pomiar czasu będzie prowadzony przy użyciu chipów przytwierdzonych do buta. Posiadanie chipa jest warunkiem wystartowania w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym,

NAGRODY

- Mężczyźni – klasyfikacja generalna miejsca I-III puchary oraz nagrody rzeczowe
- Kobiety – klasyfikacja generalna miejsca I-III puchary oraz nagrody rzeczowe
- W kategoriach wiekowych K i M miejsca I-III puchary i nagrody rzeczowe
- W kategorii najlepszy mieszkaniec i mieszkanka miasta Płocka puchar i nagroda rzeczowa
- W kategorii drużynowej miejsca 1-5 puchary
- Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych

- Uczestnicy którzy ukończą bieg otrzymają pamiątkowe medale oraz koszulki
- Lista nagród będzie podana na 14 dni przed biegiem na stronie organizatora www.plockbiega.pl

UCZESTNICTWO

- Limit startujących 300 osób (decyduje kolejność zgłoszeń)
- Do startu dopuszczeni zostaną zawodnicy którzy ukończyli 16 – ty rok życia, jednak niepełnoletni muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub opiekunów na uczestnictwo w biegu
- Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych
- Przekazanie organizatorowi podpisanej karty zgłoszenia oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w imprezie i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko startując w biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność
- Pobranie numeru startowego przez zawodnika oznacza, że zawodnik zapoznał się z regulaminem biegu, akceptuje go i zobowiązuje się do jego przestrzegania,
- Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów w dniu 19 i 20 sierpnia 2016 roku,
- Podczas weryfikacji zawodnicy muszą okazać dowód osobisty lub inny dokument do kontroli daty urodzenia, obywatelstwa i miejsca zameldowania,
- Bieg odbędzie się w ograniczonym ruchu ulicznym, każdy zawodnik ma obowiązek zachować szczególną ostrożność podczas biegu,
- Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz wizerunku.
- Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania,
- Zawodnik, który nie mieści się w limicie czasu ma obowiązek na polecenie sędziego oddać numer startowy. Po oddaniu numeru może kontynuować bieg, ale tylko po chodniku zgodnie z zasadami ruchu pieszych i od tego momentu nie jest już uczestnikiem biegu lecz pieszym. Na mecie po zwróceniu chipa otrzyma pamiątkowy medal.

OPLATA STARTOWA

- Od zgłaszających się do biegu pobierana będzie opłata startowa w wysokości 40 zł. Opłatę startową trzeba opłacić w ciągu 5 dni od zgłoszenia w przeciwnym razie zgłoszenie będzie anulowane. Elektroniczne zgłoszenia można przysyłać do dnia 17 sierpnia 2016 roku o ile wcześniej nie będzie zamknięta lista z powodu wyczerpania limitu 300 uczestników.
- Za pełne zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego przez internet na stronie www.superczas.pl i uregulowanie opłaty startowej
- Regulamin biegu i wszelkie informacje dotyczące biegu również będą dostępne na stronie www.superczas.pl
- Opłatę startową należy wnieść na konto, podając imię i nazwisko datę urodzenia oraz dopisek I Bieg Obrońców miasta Płocka 1920r

Płock Biega No Age Limit

09-410 Płock

Ul. Szarych Szeregów 4/47

Bank Zachodni WBK nr konta 03109013330000000129670847

Raz wniesiona opłata startowa, nie podlega zwrotowi.

- Nie ma możliwości przeniesienia wpłaconej opłaty na innego zawodnika
- W ramach opłaty startowej zawodnik otrzymuje numer startowy, obsługę informatyczną mierzenia czasu biegu, wodę mineralną na trasie oraz mecie, ma zapewnioną logistykę zaplecza przed i po biegu
- po podaniu w zgłoszeniu prawidłowego numeru telefonu otrzyma uzyskany wynik za pośrednictwem SMS
- Świadczenia dodatkowe – posiłek po biegu, medal i okolicznościowa koszulka
- Bieg jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych.
- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

ZGŁOSZENIA

- Elektroniczny panel zgłoszeń uruchomiony zostanie w dniu 19 kwietnia 2016 roku przez stronę www.superczas.pl
- Zgłoszenie należy przesłać w formie elektronicznej do dnia 17 sierpnia 2016 roku / o ile wcześniej lista nie będzie zamknięta z powodu wyczerpania limitu 300 uczestników/ poprzez stronę www.superczas.pl. Ci którzy dokonali opłaty startowej po 15 sierpnia powinni mieć z sobą potwierdzenia przelewu.
- W dniu biegu mogą być przyjmowane zapisy tylko w przypadku nie osiągnięcia limitu 300 uczestników.
- Wyniki końcowe będą dostępne na stronie www.superczas.pl, oraz www.plockbiega.pl
- Każdy zawodnik ma obowiązek wcześniejszego sprawdzenia czy jego zgłoszenie zostało ujęte na liście startujących
- W dniu biegu organizator nie przyjmuje żadnych reklamacji z tym związanych

Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora