

Regulamin 10. Dynowskiej ZaDyszki

1. ORGANIZATOR:

- Stowarzyszenie „Aktywny Dynów”,
Miejski Ośrodek Kultury, Sportu i Rekreacji w Dynowie.
- Telefon: 886-179-650.
- aktywnydynow@wp.pl,
www.facebook.com/DynowskaZaDyszka.

2. CEL IMPREZY:

- Popularyzacja biegów masowych oraz biegania jako najprostszej formy ruchu.
- Kształtowanie pozytywnych postaw wobec aktywności ruchowej.
- Promocja miasta i gminy Dynów.
- Integrowanie grup społecznych.

3. TERMIN, TRASA, DYSTANS:

- 18 maja 2024 (sobota) godz. 19:00.
- 10 km ulicami miasta (Bieg Główny).
- 1 pętla.
- Podczas Biegu Głównego prowadzona będzie osobna klasyfikacja na podbiegu ulicy Podgórskiej od 4.3 km do 5.9 km trasy (odcinek 1.6 km) „*Premia Górską*”.
- Nawierzchnia asfaltowa i betonowa.
- Pomiar czasu – elektroniczny, z wykorzystaniem chipów zwrotnych. Chipy będą wydawane nieodpłatnie w biurze zawodów przy weryfikacji wraz z pakietem startowym w sobotę, 18 maja 2024 r. w godz. 15:00 – 18:30.
- Trasa będzie oznakowana co 1 km, na trasie znajdować się będą dwa punkty z wodą na 4 km i na 6 km (na szczycie podbiegu ul. Podgórskiej).
- Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 90 minut. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w regulaminowym czasie zobowiązani są do opuszczenia trasy.
- Ktokolwiek pozostanie na trasie po upływie tego czasu, ponosi za to odpowiedzialność stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.
- Trasa posiada atest PZLA.

4. BIURO ZAWODÓW, SZATNIE, DEPOZYTY:

- Adres biura zawodów: Ośrodek Turystyczny „Błękitny San”, Dynów, ul. Plażowa 9.
- Pozostawienie i odbiór depozytów odbywać się będzie na podstawie numeru startowego.
- Za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie organizator nie odpowiada.

5. KLASYFIKACJA:

- Klasyfikacja *Generalna Kobiet i Mężczyzn*.
- Klasyfikacja „*Premia Górską*” (warunkiem zwycięstwa w Premii Górskiej jest ukończenie biegu. W przypadku takich samych czasów o zwycięstwie w Premii Górskiej będzie



- Klasyfikacja w *Kategoriach Wiekowych Kobiet i Mężczyzn* (nagrody nie dublują się):
 - K, M-16 (16-19 lat),
 - K, M-20 (20-29 lat),
 - K, M-30 (30-39 lat),
 - K, M-40 (40-49 lat),
 - K, M-50 (50-59 lat),
 - K, M-60 (60-69 lat),
 - K, M-70 (70 lat i więcej).
- *Kategoria mieszkańców Dynowa i zawodników klubu Aktywny Dynów* – kobiety i mężczyźni – miejsca I–III.
- Możliwe jest utworzenie innych kategorii, o czym poinformujemy w późniejszym terminie.

6. UCZESTNICTWO:

- W biegu głównym prawo startu mają zawodnicy, którzy ukończyli 16 lat. Osoby te mogą startować w biegu za okazaniem pisemnej zgody prawnego opiekuna.
- Impreza ma charakter otwarty.
- Uczestników biegu obowiązują przepisy IAAF i PZLA oraz niniejszy regulamin.
- Zgłoszenia przyjmujemy do 15 maja 2024 roku. Limit wynosi **500 zawodników** opłaconych. **Po osiągnięciu tej liczby zapisy i opłaty automatycznie zostaną zamknięte.** Rejestracja na bieg bez wniesienia opłaty startowej nie gwarantuje miejsca na liście startowej.

UWAGA! Organizator zastrzega sobie możliwość wcześniejszego zamknięcia zapisów oraz zmniejszenia liczby uczestników.

- Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręcznie podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu oraz okazanie dokumentu tożsamości, celem weryfikacji danych osobowych.
- Zawodnicy startują w biegu na własną odpowiedzialność.
- Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony (np. skracanie trasy) zostaną zdyskwalifikowani.
- Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numer startowy przypięty z przodu.
- Zabrania się startowania zawodnikom pod wpływem niedozwolonych środków oraz alkoholu.
- Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.

7. ZGŁOSZENIA, OPŁATY:

- Zapisy i opłaty do biegu głównego odbywają się przy pomocy **formularza zgłoszeniowego** dostępnego na stronie **www.competitions.timekeeper.pl**
- Uczestnicy biegu głównego na 10 km zobowiązani są do wpłacenia wpisowego:
 - 60 zł – przy wpłacie na konto do dnia 31 stycznia 2024 r.,
 - 70 zł – przy wpłacie na konto do dnia 31 marca 2024 r.,
 - 80 zł - przy wpłacie na konto do dnia 15 maja 2024 r.,
 - 100 zł – w biurze zawodów przy dostępnych pakietach startowych.
- Opłaty obsługiwane są przez firmę Timekeeper.
- W przypadku rezygnacji z uczestnictwa opłata startowa nie podlega zwrotowi, jednak będzie można ją przenieść na inną osobę w terminie do 15 maja 2024 r.



8. NAGRODY:

- Organizator dla najlepszych zawodników przewiduje nagrody.
- W klasyfikacji **Generalnej Kobiet i Mężczyzn** – miejsca I-III – pamiątkowe statuetki oraz nagrody finansowe:
 - I miejsce – 600 zł,
 - II miejsce – 400 zł,
 - III miejsce – 200 zł.
- W klasyfikacji **„Premia Górska”** – miejsca I-III w klasyfikacji Kobiet i Mężczyzn – pamiątkowe statuetki oraz nagrody finansowe:
 - I miejsce – 150 zł,
 - II miejsce – 100 zł,
 - III miejsce – 50 zł.
- W **kategoriach wiekowych** – miejsca I-III – pamiątkowe statuetki.
- **Mieszkańcy Dynowa i zawodnicy klubu Aktywny Dynów** – I-III miejsca – pamiątkowe statuetki.

9. ZASADY FINANSOWANIA:

- Zawodnicy startują na własny koszt.
- Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy i sponsorzy.

W ramach opłaty startowej organizator zapewnia:

- elektroniczny pomiar czasu,
- numer startowy,
- t-shirt lub singlet z logo biegu (do wyboru),
- poduszkę pod głowę (jasiek) z logo biegu,
- torbę wielokrotnego użytku,
- słoiczek miodu wielokwiatowego,
- piwo Łomża Radler 0%,
- mapę turystyczną Doliną Sanu i Wisły,
- pamiątkowy medal,
- napoje na trasie i mecie oraz posiłek po biegu,
- zabezpieczenie medyczne.

10. UWAGI KOŃCOWE:

- Wszystkich uczestników Biegu obowiązuje niniejszy Regulamin.
- Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach filmowych i fotograficznych z biegu.
- Bieg rozegrany będzie bez względu na warunki atmosferyczne.
- Organizator zapewnia opiekę lekarską w trakcie trwania imprezy.
- Zaleca się posiadanie aktualnych badań lekarskich.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.
- Interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
- Kontakt: Łukasz Domin, tel. 886-179-650, aktywnydynow@wp.pl
- Pisemne protesty przyjmuje Biuro Zawodów do 30 minut po jego zakończeniu. Przy składaniu protestu należy wpłacić kaucję w wysokości 200 zł. W przypadku nieuwzględnienia protestu kaucja nie podlega zwrotowi. Protest będzie rozpatrywany przez Dyrektora Biegu oraz Sędziego Biegu.



Oświadczenie uczestnika biegu

- Uczestniczę w 10. Dynowskiej ZaDyszce świadom czyhających zagrożeń i na własne ryzyko. Jestem świadomy, iż mój udział w 10. Dynowskiej ZaDyszce 2024 może narazić mnie na utratę zdrowia lub życia.
- Zabezpieczę się wszelkimi możliwymi sposobami od ryzyka utraty zdrowia lub życia związanego z moim uczestnictwem w 10. Dynowskiej ZaDyszce.
- Zwalniam z wszelkiej odpowiedzialności Stowarzyszenie „Aktywny Dynów” – Organizatora biegu, a także kierownictwo, administratorów, osoby odpowiedzialne wg kompetencji, urzędników, wolontariuszy, świadczeniodawców na wypadek strat, zranień, utraty zdrowia lub życia, lub szkód związanych z moim uczestnictwem w biegu.
- Zgadzam się, aby wszystkie spory i kontrowersje związane z 10. Dynowską ZaDyszką rozstrzygał Komitet Organizacyjny, którego postanowienia są definitywne i obowiązujące. Nie będę wnosić żadnych spraw, nie będę rozpoczynać żadnej procedury sądowej i nie będę żądać żadnego zadośćuczynienia przed sądami.
- Zgadzam się na filmowanie mnie, na fotografowanie mnie, na wykorzystywanie moich danych obecnie i w przyszłości przez organizatorów 10. Dynowskiej ZaDyszki dla potrzeb klasyfikacji i promocji.

