

REGULAMIN

Półmaratonu „Biegam i Wspieram” oraz Marszu Nordic Walking w dniu 08.09.2024 r.

1. Cel imprezy:

- 1) Propagowanie aktywnego stylu życia,
- 2) Przeciwdziałanie uzależnieniom u dzieci, młodzieży i dorosłych,
- 3) Promowanie pozytywnego wizerunku osób niepełnosprawnych,
- 4) Promowanie wolontariatu.

2. Organizatorzy:

- 1) Zakład Aktywności Zawodowej Centrum Natura Caritas,
- 2) Caritas Diecezji Rzeszowskiej,
- 3) Stowarzyszenie „Byle do Mety”.

3. Partnerzy:

- 1) Gmina Głogów Małopolski,
- 2) Nadleśnictwo Głogów Małopolski,
- 3) Lokalne grupy biegowe.

4. Termin, miejsce oraz trasa biegu:

- 1) Bieg charytatywny na dystansie półmaratonu „Biegam i Wspieram” odbędzie się w dniu 08.09.2024 r.,
- 2) Start biegu wyznaczono na godzinę 11.00
- 3) Start i meta ustalona została na boisku Centrum Natura Caritas w Budach Głogowskich,
- 4) Trasa biegu będzie przebiegać terenami leśnymi Nadleśnictwa Głogów Młp. w okolicach Centrum Natura Caritas,
- 5) Trasa przebiega drogami szutrowymi z ok. 3 km drogi asfaltowej w pięknych terenach leśnych wokół Rezerwatu „Zabłocie”.

5. Program zawodów:

- 1) 8:00 - 10:30 - przyjmowanie zgłoszeń, depozytów i wydawanie pakietów i numerów startowych (w dniu zawodów),
- 2) 10:45 – początek oficjalnej rozgrzewki,

- 3) 10:55 - uroczyste otwarcie biegu,
- 4) 11:00 - start biegu na dystansie półmaratonu (ok. 21,1 km) – start wspólny z oddzielną klasyfikacją wg kategorii,
- 5) 11:10 – start Rajdu Nordic Walking na dystansie 5km – jedna pętla,
- 6) 13:00 – 15:00 – odbiór depozytów w Centrum Natura w Budach Głogowskich,
- 7) 13:30 – 14.30 – rozpoczęcie dekoracji zwycięzców w kategorii OPEN i poszczególnych kategoriach,
- 8) 15.00 – uroczyste zakończenie biegu i Rajdu NW

6. Kategorie:

6.1 kategorie wiekowe - **dotyczą wyłącznie biegu na dystansie półmaratonu, zaś kategorie najszybsza/najszybszy y mieszkanka/mieszkaniec Gminy Głogów Młp. dotyczy Biegu i Marszu NW.**

- 1) K.M. – 16 (16-29 lat)
- 2) K.M. – 30 (30-39 lat)
- 3) K.M. – 40 (40-49 lat)
- 4) K.M. – 50 (50-59 lat)
- 5) K.M. – 60 (60 lat i starsi)

6.2 w marszu NW nagrody rozdawane są **tylko w kategorii OPEN**

6.3 klasyfikacja najszybsza/najszybszy mieszkanka/mieszkaniec Gminy Głogów Młp. dotyczą pierwszych 3 miejsc w biegu i Marszu NW tylko w kategorii OPEN

7. Warunki uczestnictwa:

- 1) Zawodnicy startują wyłącznie na własną odpowiedzialność,
- 2) Organizator nie odpowiada za zły stan zdrowia lub ukryte choroby,
- 3) Zgłoszenia do biegu głównego na formularzu elektronicznym do 31.08.2023 roku p
- 4) Kwota wpisowego:
 - 50 zł do dnia 31.07.2023 roku,
 - 60 zł od dnia 01.08 do dnia 31.08.2023 roku,
 - 70 zł w dniu zawodów,
 - wpisowe na Marsz NW – 30 zł.
- 5) Limit zawodników Biegu wynosi łącznie 150, a Marszu NW 50 osób.
- 6) Prawo startu mają osoby, który wypełniły formularz zgłoszeniowy na stronie:
<http://timekeeper.pl> oraz wpłaciły wpisowe do 31.08.2023r.,
- 7) Osoby niepełnoletnie wymagają oświadczenia opiekuna prawnego o zgodzie na udział w biegu,

8) Trasa biegu oraz szczegółowe informacje od dnia 10 lipca 2023 roku na profilu FB:

Centrum Natura Caritas, Byle Do Mety.

9) O kolejności zgłoszenia decyduje wpłata,

10) Pakiet startowy obejmuje: pomiar, numer startowy, chip (do zwrotu po biegu), gadżet okolicznościowy, posiłek,

11) Każdy z zawodników, który ukończy bieg w regulaminowym czasie otrzyma pamiątkowy medal,

12) W biegu każdy ma obowiązek wystartować z numerem startowym i chipem przydzielonym przez organizatora,

13) Zgłoszenia i wydawanie pakietów startowych odbędzie się w miejscu startu (Centrum Natura Caritas) w dniu zawodów 10 września 2023r. w godzinach 08.00 – 10.30,

14) Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość obrażeń ciała i urazów fizycznych, w tym śmierci,

15) Przekazanie organizatorowi podpisanej karty zgłoszeniowej 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,

16) Pobranie numeru startowego przez zawodnika oznacza, że zawodnik zapoznał się z regulaminem biegu, akceptuje go i zobowiązuje się do jego przestrzegania,

17) !!! UWAGA !!! W związku z ustanowieniem limitu uczestników na 150/50 osób, brak wpłaty powoduje skreślenie z listy startowej.

8. Nagrody:

1) Zwycięzcy w klasyfikacji generalnej (dla kobiet i mężczyzn) otrzymają puchary i nagrody rzeczowe od sponsorów biegu (3 pierwsze miejsca),

2) Zwycięzcy w klasyfikacjach wiekowych otrzymają puchary i w zależności od pozyskania sponsorów biegu nagrody rzeczowe (3 pierwsze miejsca),

3) Zwycięzcy w klasyfikacji Najlepszy mieszkaniec/mieszkanica Gminy Głogów Młp. otrzymają puchary i nagrody od sponsorów biegu, (3 pierwsze miejsca).

4) Nagrody wymienione w pkt. 1 i 2 nie dublują się,

9. Dodatkowe informacje:

1) Organizatorzy zapewniają elektroniczny pomiar czasu,

2) Organizatorzy zapewniają 6 punktów odżywczych na trasie biegu,

3) Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy wartościowe i za rzeczy zgubione,

4) Organizatorzy zapewniają depozyt, szatnie, toalety oraz natryski,

5) Organizatorzy nie ubezpieczają zawodników,

6) W dniu zawodów ilość pakietów ograniczona,

- 7) Odbiór pakietów startowych z dowodem tożsamości,
- 8) Limit czasowy w biegu głównym to 180 min.,
- 9) Po zakończeniu zawodów nie ma możliwości odebrania pakietów startowych,
- 10) Nagrody można odebrać do 7 dni po zakończeniu imprezy,
- 11) Opłata startowa nie podlega zwrotowi,
- 12) Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów,
- 13) Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do wprowadzenia zmian w regulaminie.