



REGULAMIN FROG RACE VII

I CEL IMPREZY

- Popularyzacja biegania jako formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej oraz zdobywanie nowych jej zwolenników.
- Promowanie zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Gminy Piaseczno i okolic.
- Promocja Parku Chojnowskiego, miasta Piaseczna oraz Żabieńca.
- Integracja środowiska biegowego.

II ORGANIZATORZY

- Stowarzyszenie Rekreacyjno-Sportowe „Kondycja”.
- Bieg organizowany jest ze środków finansowych Urzędu Miasta i Gminy w Piasecznie oraz sponsorów pozyskanych przez Stowarzyszenie Rekreacyjno - Sportowe „Kondycja”

III TERMIN I MIEJSCE

- Bieg odbędzie się dnia 5 września 2015 r. na terenie Chojnowskiego Parku Krajobrazowego ze startem i metą na Obieckie Zimne Doły w Żabieńcu k./Piaseczna; start godz. 12:00.
- Bieg główny na dystansie 10 km oraz bieg na 5 km rozegrane będą równocześnie.
- Start honorowy odbędzie się o godz. 12:00 po wspólnej rozgrzewce, następnie zawodnicy przebiegną 600 m na linię startu ostrego, który nastąpi ok. godz. 12:10.
- Długość trasy 10 km - bieg główny (dwie pętle).
- Długość trasy 5 km - bieg młodzieżowy i rekreacyjny/ Nordic Walking (jedna pętla).

IV PROGRAM MINUTOWY

- **09:00 - 11:30** Zapisy do biegu głównego 10 km, młodzieżowego i Nordic Walking 5 km
- **10:30 - 11:35** biegi towarzyszące.(patrz pkt. XIV regulamin dla dzieci)

- **11:50** Wspólna rozgrzewka
- **12:00** Start honorowy - bieg główny 10 km, bieg młodzieżowy i Nordic Walking 5 km
- **12:10** Start ostry.
- **14:15** Wręczenie nagród.
- **15:30** Zakończenie imprezy.

V UCZESTNICTWO

- W biegu młodzieżowo-rekreacyjnym/ Nordic Walking rekreacyjnym na 5 km prawo startu mają osoby, które do dnia 05.09.2015 r. ukończą 12 lat.
- W biegu głównym prawo startu mają osoby, które do dnia 05.09.2015 r. ukończą 16 lat.
- Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w dniu 04.09.2015 w sklepie Decathlon Piaseczno lub w dniu biegu 05.09.2015 r. w biurze zawodów na obiekcie Zimne Doły.
- Uczestnicy podczas weryfikacji muszą posiadać dokument tożsamości z datą urodzenia oraz zdjęciem.
- Podczas weryfikacji wymagany będzie własnoręczny podpis startującego na karcie zgłoszeniowej lub oświadczenie potwierdzające start na własną odpowiedzialność.
- W szczególnych przypadkach wymagających badania lekarskiego, decyzja lekarza przed startem i w czasie trwania biegu jest ostateczna.
- Uczestnicy do lat 18 zobowiązani są do przedstawienia pisemnej zgody rodziców lub opiekunów prawnych na uczestnictwo w biegu.
- Odbieranie pakietów startowych odbywać się będzie na podstawie kart zgłoszeniowych.

VI ZGŁOSZENIA

- Zgłoszenia przyjmowane są poprzez formularz dostępny na stronach internetowych www.kondycja.com.pl w zakładce nasze imprezy, www.datasport.pl do końca dnia 01.09.2015 r
- Po upływie powyższego terminu zgłoszenie będzie możliwe wyłącznie w biurze zawodów w dniu 04.09.2015 w sklepie Decathlon Piaseczno lub w biurze zawodów 05.09.2015 na obiekcie Zimne Doły w Żabieńcu.
- Numer startowy zostanie przyznany po zaksięgowaniu opłaty startowej na koncie organizatora.
- Organizator ustala łączny limit 500 osób uczestników (biegi na 10 km i 5km).
- Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia rejestracji po osiągnięciu limitu.

VII BIURO ZAWODÓW I WYDAWANIE PAKIETÓW

- Biuro zawodów i wydawanie pakietów w dniu 04 września 2015 r. w sklepie Decathlon Piaseczno w godz. 15:00 - 20:00.
- Biuro zawodów i wydawanie pakietów - na obiekcie Zimne Doły w Żabieńcu k. Piaseczna. - w dniu

05.09.2015 od godz. 9:00 - 11:45

VIII OPŁATA STARTOWA

- Opłata startowa 5 i 10 km wynosi:
- 30 zł - przy zgłoszeniu i wpłacie do dnia 31.07.2015 roku
- 40 zł - przy zgłoszeniu i wpłacie do dnia 01.09.2015 roku
- 60 zł - przy zgłoszeniu i wpłacie po dniu 01.09.2015 roku
- 10 zł - w biegach dziecięcych przy zgłoszeniu i wpłacie do dnia 31.07.2015 roku
- 20 zł - w biegach dziecięcych przy zgłoszeniu i wpłacie do dnia 1.09.2015 r oraz w biurze zawodów, jeżeli limit miejsc nie zostanie wyczerpany

Opłatę można zrealizować na stronie www.datasport.pl przy rejestracji do biegu, wybierając opcję „zapłacić” lub na konto organizatora:

Stowarzyszenie Rekreacyjno-Sportowe „Kondycja”

05-500 Piaseczno ul. Maja 16

Millenium Bank 46 1160 2202 0000 0001 2959 5565

- Opłatę rejestracyjną należy wpłacać na konto bankowe w ciągu 7 dni od daty zgłoszenia.
- W tytule wpłaty (przelew bankowy) należy wpisać imię i nazwisko uczestnika, którego opłata startowa dotyczy.
- Organizator nie wystawia faktur VAT.
- Organizator nie odpowiada za zaginięcie przelewu.
- Uczestnik, który dokonał opłaty i nie wystartował w biegu z przyczyn niezależnych od organizatora, nie może ubiegać się o zwrot opłaty startowej.
- Nie ma możliwości przekazania opłaty na innego uczestnika.
- Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę osób na jednym blankiecie wpłaty (jednym przelewie). W tym wypadku w dopisku (w tytule przelewu) należy wpisać „opłata grupowa” oraz imiona i nazwiska wszystkich osób zgłaszanych do biegu.

IX POMIAR CZASU

- Pomiaru czasu i ustalenia kolejności w poszczególnych biegach będzie dokonywała firma Data Sport za pomocą chipów.
- Posiadanie takiego chipu jest warunkiem wzięcia udziału w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym.

- Nie należy zamieniać chipów.
- Numer startowy powinien być umieszczony z przodu tak, aby był całkowicie widoczny.
- Niewłaściwe zamocowanie numeru startowego z chipem może spowodować niesklasyfikowanie zawodnika.

X KLASYFIKACJE

- W Biegu Głównym na 10 km prowadzona będzie klasyfikacja generalna, oddzielnie dla kobiet i mężczyzn, oraz w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn, Nagrody nie będą wręczane jeśli w danej kat. będzie mniej niż 3 osoby.
 - Kobiety K 16 - 29 lat K 30 - 39 lat K 40 - 49 lat K 50 - i powyżej
 - Mężczyźni M 16 - 29 lat M 30 - 39 lat M 40 - 49 lat M 50 - 59 lat M 60 i powyżej
- Uwaga ! O zaliczeniu do grupy wiekowej decyduje rok urodzenia.
- Zawodnicy z klasyfikacji generalnej nie otrzymują nagród w kategoriach wiekowych.
- W biegu na 5 km prowadzona będzie klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn bez podziału na kategorie wiekowe.
- W marszu Nordic Walking prowadzona będzie klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn bez podziału na kategorie wiekowe. Aby kategoria została sklasyfikowana, musi wystartować i ukończyć marsz co najmniej trzech zawodników.
- Zgodnie z przepisami PZLA klasyfikacja zawodników w kategorii generalnej odbywa się na podstawie czasu brutto (liczonego od chwili strzału startera). Pozostałe klasyfikacje odbywają się na podstawie czasów netto (liczonych od chwili przekroczenia linii startu przez zawodnika).
- We wszystkich biegach imprezy Frog Race prowadzone będą osobno klasyfikacje kobiet i mężczyzn. Liczba i rodzaj klasyfikacji może się zmienić w zależności od pozyskanych sponsorów.

XI NAGRODY

Bieg Główny 10 km

- Zdobywcy miejsc I-III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn otrzymują puchary oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez sponsorów.
- W kategoriach wiekowych zdobywcy miejsc I-III upominki rzeczowe.
- Powyższe nagrody zostaną przyznane na podstawie komunikatu o wynikach, przekazanego Organizatorowi

biegu przez Data Sport na podstawie odczytu danych z chipów, wmontowanych w numery startowe uczestników biegu, zweryfikowanych na godz. 14:05 w dniu imprezy. Jakiegokolwiek późniejsze zmiany miejsc na listach wyników nie wpływają na zmianę przyznanych nagród

Bieg rekreacyjno młodzieżowy 5 km i Nordic Walking Rekreacyjny

- Zdobywcy miejsc I-III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn otrzymują puchary oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez sponsorów.

Liczba nagród może się zmienić w zależności od pozyskanych sponsorów.

XII PAKIET STARTOWY

- Pamiątkowa koszulka Coll Dri
- Numer startowy z wbudowanym chipem, agrałki

XIII POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Każdy uczestnik biegu Frog Race VII ma obowiązek zapoznać się z regulaminem i przestrzegać jego treści.
- Pobranie przez zawodnika numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników biegu wywiadu i robienia mu zdjęć oraz filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystywane w Internecie lub w transmisjach radiowo- telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.
- Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania na całym świecie wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystywane zarówno poprzez umieszczenie na nośnikach typu CD-ROM, DVD w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych w gazetach i na wystawach, jak i na potrzeby promocyjno - reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora.
- Zawodnicy uczestniczą w biegach na swoją odpowiedzialność. Za własne działania odpowiadają według przepisów Kodeksu Cywilnego i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
- Na miejsce biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz napojów alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju.
- Zawodnikom startującym zabrania się zażywania wyżej wymienionych środków oraz substancji zarówno przed biegiem, jak i w jego trakcie, pod karą wykluczenia z biegu. W przypadku stwierdzenia naruszenia powyższego zakazu, Organizator zastrzega sobie możliwość wykluczenia zawodnika z udziału w biegu, bez zwrotu opłaty startowej.
- Zawodnicy powinni posiadać zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub podpisane własnoręcznie oświadczenie o zdolności do udziału w biegu.
- Zawodnicy powinni posiadać dowód osobisty lub inny dokument tożsamości.

- Osobę niepełnoletnią zgłasza osobiście rodzic lub prawny opiekun i ponosi pełną odpowiedzialność za jej start.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.
- Podczas biegu wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte z przodu okrycia wierzchniego. Zastanianie numeru startowego w części lub w całości grozi dyskwalifikacją.
- Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie Frog Race.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie trwania imprezy.
- Koszty przejazdu i noclegu ponoszą uczestnicy.
- Protesty w formie pisemnej można składać w biurze zawodów do 15 minut po zakończeniu biegu.
- Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga dyrektor biegu po konsultacji z sędzią.
- W sprawach nie objętych regulaminem rozstrzyga Organizator.
- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi.

XIV REGULAMIN BIEGÓW DZIECIĘCYCH I MŁODZIEŻOWYCH

- Zgłoszenia do biegów towarzyszących prowadzone będą drogą online oraz w biurze zawodów w dniu 04.09 2015 w sklepie Decathlon Piaseczno w godz. 15:00 - 20:00. lub w dniu startu dnia 5 września 2015 r. (sobota) w biurze zawodów na Obiekcie Zimne Doły w Żabieńcu k. Piaseczna w godz. 9:00- 10:15
- Limit uczestników 200 osób;, decyduje kolejność zgłoszeń.
- Wymagana jest zgoda rodzica lub opiekuna prawnego na udział w biegu. Formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie www.kondycja.com.pl lub w biurze zawodów.
- Zdobywcy miejsc I-III w klasyfikacji generalnej dziewcząt i chłopców w poszczególnych biegach otrzymują upominki.

OPLATA STARTOWA

- Opłata startowa w biegach dziecięcych wynosi 10,00 zł przy zgłoszeniu i wpłacie do dnia 31.07.2015 r
- Opłata startowa w biegach dziecięcych wynosi 20,00 zł przy zgłoszeniu i wpłacie do dnia 1.09.2015 r oraz w biurze zawodów, jeżeli limit nie zostanie wyczerpany

PAKIET STARTOWY

- okolicznościową koszulkę (pierwszych 200 osób zweryfikowanych/ opłaconych)
- talon na posiłek
- numer startowy + agrałki

PROGRAM DLA DZIECI

- 09:00 - 10:15 Zapisy
- 10:30 - 100m bieg krasnali - dziewczęta (rocznik 2009 i młodsze)
- 10:35 - 100m bieg krasnali - chłopcy (rocznik 2009 i młodsze)
- 10:40 - 200m bieg dziewczęta (roczniki 2008, 2007, 2006)
- 10:45 - 200m bieg chłopcy (rocznik 2008, 2007, 2006)
- 11:00 - 800m bieg dziewczęta (roczniki 2005, 2004, 2003)
- 11:10 - 800m bieg chłopcy (rocznik 2005, 2004, 2003)
- 11:20 - 1000m bieg dziewcząt (rocznik 2002, 2001, 2000)
- 11:30 - 1000m bieg chłopców (roczniki 2002, 2001, 2000)

Dekoracje zawodników po zakończeniu biegu głównego około godz. 14 00 Uwaga: w przypadku małej liczby dziewcząt lub chłopców biegi mogą zostać rozegrane jednocześnie z późniejszym uwzględnieniem klasyfikacji w odpowiednich kategoriach wiekowych.