



Regulamin

4. BIEGU WIELKICH SERC

1. Cel i charakter imprezy

- Zachęcenie w ciekawy i aktywny sposób jak największej liczby mieszkańców Krakowa do pomocy Fundacji Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.
- Popularyzowanie biegania jako najbardziej powszechnej i dostępnej formy aktywności ruchowej.
- Promocja Propozycji Programowej Związku Harcerstwa Polskiego- „W zdrowym ciele zdrowy duch”

2. Organizator

- 003728 Sztab Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy przy Hufcu Kraków- Podgórze,
- Krakowski Klub Biegacza “Dystans”,

Organizatorzy biegu wykonują swoje prace społecznie.

3. Termin

10 stycznia 2016 roku, godz. 12:00.

4. Miejsce i trasa

- **Start:** okolice Galerii Kazimierz,
- **Meta:** okolice Galerii Kazimierz.

Trasa: start w okolicy Galerii Kazimierz, Bulwar Kurlandzki, okolice Mostu Grunwaldzkiego, Bulwar Czerwieński (Smok Wawelski). Powrót tą samą trasą do Galerii Kazimierz.

5. Dystans

- 5 km,
- Zawody dla dzieci na 50m, 100m i 150 m.

6. Limit czasu

Limit czasu na przebiegnięcie trasy 5 km wynosi **60 minut**.

7. Program imprezy

09 stycznia 2016

- 16.00-20.00 - odbiór pakietów w Biurze Zawodów.

10 stycznia 2016

- 08.00 - 11.15 - odbiór pakietów w Biurze Zawodów,
- 11.15 - zawody dla dzieci,
- 11.30 - powitanie gości i biegaczy,
- 11.45 - wspólna rozgrzewka przed biegiem,
- 11.55 - oficjalne rozpoczęcie biegu,
- **12.00 - start Biegu Głównego,**
- 13.00 - zamknięcie mety,
- 13.10 - dekoracja zwycięzców,
- 13.20 - oficjalne zakończenie biegu.

8. Pomiar czasu wypożyczonymi, zwrotnymi numerami startowymi z chipami elektronicznymi.

Elektroniczny pomiar czasu prowadzony będzie przy użyciu chipów elektronicznych wbudowanych w numer startowy i zabezpieczonych pianką. Numer z chipem jest gotowy do użycia i powinien być prawidłowo zamocowany czterema agrałkami z przodu. Zabrania się jakichkolwiek modyfikacji. Brak numeru podczas zawodów będzie skutkowało dyskwalifikacją.

Numer z chipem jest własnością Datasport i podlega zwrotowi do pojemników ustawionych za linią mety. Numer z chipem należy zwrócić także przy rezygnacji ze startu lub wycofaniu się w czasie zawodów.

9. Biuro Zawodów

Adres: Centrum Biurowe Galerii Kazimierz,
budynek State Street, ul. Podgórska 34, 31-536 Kraków.

Czynne :

- 09 stycznia 2016 roku, w godzinach: 16.00-20.00,
- 10 stycznia 2016 roku, w godzinach: 8-11.30.

10. Zgłoszenia i informacje

- Formularz zgłoszeniowy znajduje się na stronie:
<http://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=1996>
Poprzez formularz można również zapisać dzieci
 1. Na 50 metrów- dzieci w wieku 4-6 lat
 2. Na 100 metrów- dzieci w wieku 7-8 lat
 3. Na 150 metrów- dzieci w wieku 9-10 lat
- Zgłoszenia internetowe będą przyjmowane do dnia 3 stycznia 2016 roku (pod warunkiem niewyczerpania limitu uczestników- 950 osób w biegu głównym na 5 km)
- Zgłoszenie pojawi się na liście startowej po uiszczeniu opłaty startowej
- Zgłoszenia osobiste będą przyjmowane w Biurze Zawodów w dniach 09,10 stycznia 2016 roku (pod warunkiem niewyczerpania limitu uczestników- 950 osób w biegu głównym na 5 km).

11. Limit uczestników

Organizator ustala limit uczestników 950 osób.

12. Opłata startowa

Opłata startowa płatna przelewem do 3 stycznia 2016 roku wynosi 20 złotych.

Opłata startowa za dziecko, które bierze udział w zawodach dla dzieci(50m, 100m, 150m)
płatna przelewem do 3 stycznia 2016 roku wynosi 5 złotych

**Opłatę startową należy uiścić do 10 dni od dnia zapisania
(termin nieprzekraczalny opłaty dokonywany przelewem to 03.01.2016)**

Opłatę startową należy wpłacać przelewem na konto Organizatora.

Numer konta:

Odbiorca: **Związek Harcerstwa Polskiego, Chorągiew Krakowska**
Komenda Hufca Kraków - Podgórze im. Podgórskich Szarych Szeregów
Citibank Handlowy **38 1030 0019 0109 8503 3000 4987**

Tytuł przelewu: "Darowizna na 4 Bieg Wielkich Serc -" w miejsce kropek wpisać imię i nazwisko zawodnika.

Opłata startowa w dniu biegu wynosi 40 złotych i jest płatna gotówką.

Opłata startowa dla dzieci w dniu biegu wynosi 5 złotych i jest płatna gotówką.

Opłata startowa nie podlega zwrotowi.

**Całość kwoty z opłaty startowej zostanie przekazana na rzecz
Fundacji Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, której Finał
w tym roku odbywa się pod hasłem:**

**NA ZAKUP URZĄDZEŃ MEDYCZNYCH DLA
ODDZIAŁÓW PEDIATRYCZNYCH ORAZ DLA
ZAPEWNIENIA GODNEJ OPIEKI MEDYCZNEJ
SENIORÓW.**

13. Warunki uczestnictwa

- W 4 Biegu Wielkich Serc mogą wziąć udział osoby, które dokonają zgłoszenia za pośrednictwem formularza dostępnego na stronie internetowej lub zapiszą się bezpośrednio w Biurze Zawodów.
- Warunkiem startu jest uiszczenie opłaty startowej na warunkach i w terminie określonym przez Organizatora. (10 dni od momentu zapisania, lecz najpóźniej do dn. 03.01.2016(przelew)- po tym terminie organizator nie zapewnia miejsca na liście startowej)
- W 4 Biegu Wielkich Serc mogą wziąć udział osoby, które podpiszą oświadczenie o znajomości niniejszego regulaminu i jego akceptacji, oświadczenie o właściwym stanie zdrowia, pozwalającym na uczestnictwo w biegu oraz oświadczenie o zgodzie na wykorzystanie swojego wizerunku dla celów promocyjnych biegów organizowanych przez Hufiec Kraków- Podgórze, Krakowski Klub Biegacza „Dystans” oraz stronach sponsorów
 - osoby, które nie ukończyły 18 lat, ale muszą przedstawić w Biurze Zawodów pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych.
 - osoby, które nie ukończyły 15 lat mogą startować wyłącznie pod opieką rodzica lub opiekuna prawnego.
 - Dzieci w zawodach dla dzieci w wieku 4-10 lat, zapisane przez formularz zgłoszeniowy pod warunkiem podpisania oświadczenia przez rodzica lub opiekuna prawnego w Biurze Zawodów w dniu zawodów
- Organizator nie dopuszcza do startu osób na wózkach inwalidzkich oraz osób biegnącymi z psami.
- Osoby niepełnosprawne nie są zwolnione z opłaty startowej

14. Klasyfikacja i nagrody

- Nagrody w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn - zawodnicy otrzymają okolicznościowe medale oraz dyplomy (1,2,3 miejsce) oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez sponsorów
- Miejsca w kategorii OPEN mogą się powtarzać w kategoriach wiekowych
- Dodatkowo są wprowadzone następujące kategorie wiekowe:

- M18 K18 - osoby do 20 lat,	- M50 K50 - osoby od 51-60 lat,
- M25 K25 - osoby od 21-30 lat,	- M 60 K 60 - osoby od 61-70 lat
- M30 K 30 - osoby od 31-40 lat,	- M70 K70 - osoby powyżej
- M40 K40 - osoby od 41-50 lat,	70roku życia.

Nagrody w kategoriach wiekowych to okolicznościowe medale oraz dyplomy (1,2,3 miejsce)

15. Świadczenia dla uczestników

- Każdy z uczestników otrzyma pakiet startowy, a po ukończeniu biegu zgodnie z regulaminem pamiątkowy medal.
- Po skończonym biegu zawodnicy, na podstawie posiadanych numerów startowych, otrzymają ciepłe napoje .
- Przed startem - w Biurze Zawodów (Kraków, ul. Podgórska 34) – zostanie uruchomiona szatnia oraz przechowalnia odzieży, czynna w dniu 10 stycznia 2016 roku w godzinach **10.00-14.00**. Deponowanie i wydawanie rzeczy tylko na podstawie numeru startowego otrzymanego w Biurze Zawodów. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe zdeponowane w przechowalni.
- Organizator zapewnia podstawową opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy

16. Postanowienia końcowe

- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Numery startowe należy umieścić z przodu na odzieży wierzchniej, tak by były widoczne dla sędziów.
- Chipy służące do pomiaru czasu należy umieścić zgodnie z instrukcją
- W czasie trwania imprezy należy przestrzegać wszystkich zaleceń służb porządkowych.
- Przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
- Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązani są poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy.
- W trakcie zawodów obowiązują przepisy PZLA oraz niniejszy Regulamin.
- Z powodu warunków zimowych wskazane jest, aby każdy uczestnik ubezpieczył się od następstw nieszczęśliwych wypadków we własnym zakresie.
- Organizator nie zapewnia ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.
- Organizator nie dopuszcza do biegu (pod rygorem ściągnięcia z trasy) zawodników biegnących bez obuwia.
- Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.
- Organizatorzy zastrzegają sobie ostateczne prawo wiążącej interpretacji regulaminu w sytuacjach spornych.
- Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby organizacji imprezy oraz udostępnienie swojego wizerunku w celów promocyjnych Biegu.

Zapraszamy wszystkich chętnych do pomocy.

**Dyrektor Biegu
Kamila Krawczyk**

**Sędzia zawodów
Edward Stawiarz**