

Regulamin Biegu 4Rest Run w Puszczy Niepołomickiej.

I ORGANIZATOR

1. Organizatorem biegu 4Rest Run jest Stowarzyszenie „Niepołomice Biegają” z siedzibą w Niepołomicach.
2. Partnerami współorganizującymi imprezę są: MKS Spartakus, Urząd Miasta i Gminy Niepołomice, Nadleśnictwo Niepołomice.

II CELE IMPREZY

1. Popularyzacja biegania oraz działalności Stowarzyszenia "Niepołomice Biegają".
2. Promocja Niepołomic jako miasta przyjaznego biegaczom.
3. Promocja Puszczy Niepołomickiej jako doskonałego miejsca dla aktywności sportowej i rekreacji.
4. Integracja środowiska biegaczy.
5. Pokazanie, że w drużynie jest MOC!

III TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w dniu 18 września (niedziela) 2016 r. na terenie Puszczy Niepołomickiej. Początek zawodów o g. 12.00.
2. Lokalizacja miejsca zawodów: polana z akcesoriami gimnastycznymi na drodze nr 75 z Niepołomic do Szarowa.
Koordynaty GPS: 50.014586, 20.240274
Google Maps: <https://www.google.com/maps/d/viewer?mid=zHdOXFsavv5g.kOwc0GEbTrlw>

IV BIURO ZAWODÓW

1. Biuro zawodów będzie czynne 18 września 2016 r. (niedziela) od g. 9.00 do g. 11.00 w miejscu zawodów oraz 17 września 2016 r. (sobota) od g. 15.00 do g. 18.00 w Niepołomicach (Laboratorium Aktywności Społecznej w Centrum Bocheńska, ul. Bocheńska 26, Niepołomice).
2. Pakiety startowe dla całego zespołu odbierają w Biurze Zawodów wyłącznie kapitanowie zespołów wskazani podczas zapisu zespołu za okazaniem dowodu osobistego oraz po dostarczeniu oświadczeń zawodników całej drużyny (oświadczenie powinno być własnoręczne i czytelnie podpisane przez zawodnika, a następnie przekazane kapitanowi drużyny).
Wzór oświadczeń zostanie wcześniej dostarczony zawodnikom przez organizatora biegu.
3. Osoby niepełnoletnie dostarczają zgodę rodziców.
4. Kapitanowie zespołów z Niepołomic i okolic proszeni są o odbiór pakietów 17 września 2016 r.

V ZAWODY

1. Do rywalizacji zapraszamy zespoły 4-osobowe. Zawodnik nie może startować w więcej niż jednej drużynie.
2. Zawodnicy startują w odstępach 5-minutowych w kolejności wskazanej przez kapitanów w formularzu zapisów. Godziny startów: g. 12.00, 12.05, 12.10, 12.15.
3. Każdy zespół wystawia po jednym zawodniku na każdą godzinę startu.
4. Drużyna, która osiągnie sumarycznie najkrótszy czas, wygrywa.
5. Obowiązuje limit 150 zespołów.
6. Trasa biegu wiedzie po leśnej pętli o długości ok. 10,5 km. Trasa nie ma atestu PZLA.
7. Łączna długość trasy wyścigu dla całego zespołu: ok. 42 km.
8. Trasa będzie oznaczona taśmami.
9. Organizator przewiduje umieszczenie na trasie punktu z wodą na 6 kilometrze pętli.
10. Limit czasu wynosi 2 godziny - liczony od momentu startu pierwszej grupy zawodników (g.

12.00). Po przekroczeniu limitu, zespół nie będzie klasyfikowany.

VI ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia drużyny dokonuje się na stronie internetowej www.4restrun.pl (przekierowanie do formularza firmy prowadzącej zapisy: **DATASPORT**).
2. Zapisy na bieg 4Rest Run rozpoczynają się 15 marca 2016 roku.
3. Zakończenie zapisów: 13 września 2015 r. lub do wyczerpania limitu miejsc. Nie będzie możliwości zapisu na bieg po tym terminie.
4. Zgłoszenia uczestnictwa dokonują zawodnicy indywidualnie, podając jednobrzmiącą nazwę drużyny lub możliwe są zapisy grupowe całej drużyny dokonane przez kapitana.
5. O kolejności startu poszczególnych zawodników decyduje kolejność ich zapisu w formularzu.
6. Zmian można dokonywać do wtorku, 13 września 2016 roku. Po tym terminie zmiany w liście startowej nie będą nanoszone, a samowolne zmiany kolejności startu zawodników oraz składu drużyn będą karane dyskwalifikacją zespołu.
7. Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego i wpłacenie opłaty startowej w terminie najpóźniej do 7 dni od zgłoszenia drużyny. Po przekroczeniu terminu 7 dni i braku opłaty zespół zostaje usunięty z listy startowej.
8. W biegu 4Rest Run prawo startu mają osoby, które do dnia 17 września 2016 r. ukończą 16 lat. Osoby poniżej 18 roku życia muszą posiadać zgodę rodziców. Zgoda rodziców do pobrania w późniejszym terminie.

VII OPŁATY

1. Zgłoszone zespoły obowiązują opłata startowa wynosząca:
 - 140 zł na cały zespół (35 zł od osoby) do 31 maja 2016 r.
 - 180 zł na cały zespół (45 zł od osoby) od 1 czerwca do 5 września 2016 r.
 - 240 zł na cały zespół (60 zł od osoby) od 6 do 13 września 2016 r.
2. Opłatę należy wносить przelewem na konto bankowe organizatora indywidualnie lub za zespół: Stowarzyszenie "Niepołomice Biegają"
ul. Wielicka 85 g,
32-005 Niepołomice
nr konta: 09 1020 2746 0000 3202 0191 7053
Tytuł opłaty: „Zawody 4Rest Run + nazwa zespołu / imię i nazwisko zawodnika”.
3. Z opłaty startowej zwolnione są zespoły zaproszone przez Organizatora.
4. Opłata raz wniesiona nie podlega zwrotowi, może być natomiast przeniesiona na inny zespół / zawodnika, najpóźniej do 13 września 2016 roku.
5. W ramach opłaty startowej zawodnik ma zapewniony:
 - numer startowy,
 - komplet agraphów
 - pomiar czasu,
 - poczęstunek,
 - napoje,
 - upominek związany z biegiem 4Rest Run,
 - upominki od sponsorów.

VIII KLASYFIKACJE

1. W biegu 4Rest Run prowadzone są następujące klasyfikacje:
 - a) klasyfikacja zespołów damskich,
 - b) klasyfikacja zespołów męskich,
 - c) klasyfikacja zespołów „mix”,Dodatkowo prowadzona będzie klasyfikacja firm.
2. Za zespół typu „mix” rozumiemy zespół złożony w jednej z następujących konfiguracji:
 - z trzech mężczyzn i jednej kobiety,

- dwóch mężczyzn i dwóch kobiet,
 - trzech kobiet i jednego mężczyzny.
3. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do wprowadzenia dodatkowych klasyfikacji.
 4. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg, otrzymają pamiątkowe medale.
 5. Dekoracja zwycięzców we wszystkich kategoriach odbędzie się w dniu zawodów, 18 września 2016 r., ok. godz. 14.00.

IX NAGRODY

1. Organizator przewiduje nagrody dla najlepszych zespołów w poszczególnych klasyfikacjach w postaci bonów towarowych na zakup odzieży sportowej marki Regatta i Dare2b.
2. W klasyfikacji firm przewiduje się osobne nagrody rzeczowe.

X POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Zawodnicy podczas biegu muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu, w widocznym miejscu.
3. Każdy uczestnik biegu zobowiązany jest do absolutnego przestrzegania zasad i przepisów regulujących przebywanie na terenie Puszczy Niepołomickiej.
4. Niedozwolone jest wyrzucanie śmieci, opakowań po napojach, opakowań po żelach etc. w innych miejscach niż przeznaczone do tego pojemniki lub w pobliżu wodopoju.
5. Zaleca się ubezpieczenie zawodników na własny koszt.
6. Przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z zaakceptowaniem Regulaminu przez uczestników zawodów.
7. Przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne ze zgodą na wykorzystanie swojego wizerunku dla celów promocyjnych biegów organizowanych przez Organizatora oraz zgodą na wykorzystanie swojego wizerunku dla celów promocyjnych Organizatora, Partnerów oraz Sponsorów w mediach społecznościowych stronach internetowych, prasie oraz dowolnych mediach i nośnikach przekazu.
8. Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.