

REGULAMIN

Biegu „104 km dla generała”

27/28 grudnia 2022

Lusowo 62-080 Tarnowo Podgórne

1. ORGANIZATOR

Towarzystwo Pamięci Generała Józefa Dowbora Muśnickiego i gmina Tarnowo Podgórne.

Partnerzy: Muzeum Powstańców Wielkopolskich im. Gen. Józefa Dowbora Muśnickiego w Lusowie, Sołtys i Rada Sołecka wsi Lusowo, OSP Lusowo, Koło Gospodyń Wiejskich w Lusowie.

Kierownik biegu: Jolanta Witczak - tel.501-946-594

3. TERMIN I MIEJSCE BIEGU

Upamiętnienie 104 rocznicy Powstania Wielkopolskiego oraz uczczenie Generała Józefa Dowbora Muśnickiego - dowódcy Powstania Wielopolskiego. Popularyzacja biegania i Nordic Walking jako najprostszych form aktywności fizycznej. Promocja sołectwa Lusowa i gminy Tarnowo Podgórne.

3. TERMIN I MIEJSCE BIEGU

Bazą, startem i metą biegu jest świetlica wiejska przy ulicy Ogrodowej w Lusowie. Bieg odbędzie się z 27 na 28 grudnia 2022 r. Biuro biegu czynne będzie od godz. 16.30 z weryfikacją zawodników i wydawaniem numerów startowych.

-18:30 - odprawa techniczna

-18:45 - przejście uczestników na cmentarz, zapalenie znicza i złożenie wiązanki na grobie gen. Józefa Dowbora Muśnickiego

-19:00 - start

-11:00 28 grudnia - zakończenie zawodów (limit czasowy 16 godzin). Organizator w razie trudnych warunków pogodowych może podjąć decyzję o wydłużeniu limitu. Wydłużenie limitu czasu dotyczy wyłącznie zawodników pokonujących ostatnie okrążenie.

- Przed rozpoczęciem i po zakończeniu biegu istnieje możliwość bezpłatnego zwiedzania Muzeum Powstańców Wielkopolskich.

4. TRASA I DYSTANSE

- Trasa nie posiada atestu PZLA.
- Całkowity dystans biegu to 104 kilometry, na które składa się 10 okrążeń, w tym pierwsze okrążenie ma 14 km, a pozostałe po 10 km. Trasa wiedzie przez ścieżki o naturalnym podłożu terenu wśród okolicznych łąk i lasów. Zawodnik ma możliwość pokonania dowolnej liczby okrążeń. Do klasyfikacji zaliczane są tylko pełne okrążenia.

- Przy każdym zakończonym okrążeniu uczestnik musi zameldować się w biurze biegu. Zawodnik ma prawo do robienia przerw w trakcie zawodów (zejść z trasy) jedynie po pełnych pętłach.
- Ze względów bezpieczeństwa zawodnicy kończący udział w biegu zobowiązani są o przekazanie takiej informacji w biurze zawodów. W biurze zawodów będzie możliwość pozostawienia rzeczy (depozyt), które zostaną zwrócone po okazaniu numeru startowego. Dla zawodników będzie przygotowany bufet: napoje, przekąski, ciepły posiłek – dostępne po każdym okrążeniu.

5. ZASADY UCZESTNICTWA I ZGŁOSZENIA

- W biegu mogą wziąć udział wyłącznie osoby pełnoletnie.
- Limit uczestników – 104 osoby (biegacze i „kijkarze” łącznie).
- Zapisy online na stronie bieggenerala.pl i w kalendarzu biegowym na stronie maratonympolskie.pl. Warunkiem umieszczenia na liście startowej jest dokonanie wpłaty WPISOWEGO na konto Towarzystwa nr: 76 1020 4027 0000 1302 0036 1501.
- Kwota wpisowego wynosi 60 zł (słownie: sześćdziesiąt złotych).
- Każdy uczestnik musi być wyposażony w czołówkę/latarzkę oświetlającą trasę.
- Bieg odbywa się bez profesjonalnego pomiaru czasu, ale na czas Maratonu zostanie włączony czas zegarowy, wg którego będą podawane czasy końcowe.
- Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać przy sobie włączony telefon z wpisanym numerem medycznej obsługi biegu. Numer ten zostanie podany podczas odprawy technicznej.

6. KLASYFIKACJA KOŃCOWA I NAGRODY

Przedstawione zostaną dwie klasyfikacje biegaczy – Open Kobiet i Mężczyzn oraz Nordic Walking liczony bez podziału. Każdy sklasyfikowany uczestnik biegu otrzyma pamiątkowy medal. Aby znaleźć się w klasyfikacji należy ukończyć przynajmniej pierwsze okrążenie.

7. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Bieg ma charakter koleżeński i towarzyski.
- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair play podczas trwania biegu i na trasie biegu.
- Uczestnicy mają obowiązek dbać o czystość na trasie i w miejscu mety.
- Uczestnicy mają obowiązek przestrzegania wytyczonych tras biegowych i nie zbaczać z nich aż do osiągnięcia linii mety.
- Bieg nie jest ubezpieczony.
- Zostanie zapewniona opieka medyczna (karetka).
- Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność, co potwierdzą złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu.
- Organizator nie będzie odpowiadać za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy.
- Organizator zastrzega sobie prawo interpretacji niniejszego regulaminu.
- Regulamin biegu zostanie umieszczony na FB na stronie Towarzystwa Pamięci Generała Józefa Dowbora Muśnickiego. Ponadto będzie wywieszony w biurze zawodów, a każdy zawodnik będzie musiał podpisać zapoznanie się z jego treścią podczas odbioru numeru startowego.

Kierownik biegu

Jolanta Witczak

Prezes Towarzystwa

Zofia Smolarz