

9. Bieg Dookoła Zalewu

5. Marsz Nordic Walking

Jutrosin 03.05.2023r.

REGULAMIN

- **Organizatorzy:**

- Gminne Centrum Kultury i Rekreacji w Jutrosinie

- **Cel:**

- propagowanie biegania jako najprostszej formy ruchu, czynnego wypoczynku oraz formy doskonalenia fizycznego i poprawy stanu zdrowia
- popularyzacja biegania osób w różnym wieku.
- zachęcenie mieszkańców do aktywności ruchowej
- promocja miasta

- **Termin i miejsce:**

Bieg odbędzie się 3 maja 2023 r nad zalewem Jutrosin (most na górzysku)

Uwaga: Zapisy do biegów – online na stronie organizatorów: <http://gckir.jutrosin.eu>, bądź w dniu zawodów na starcie.

- **12:00** – Zapisy dla dzieci dla biegów na 200m, 500m, 1000m, 2000m oraz wydawanie numerów startowych i koszulek.

Biegi dla dzieci odbędą się na dystansach:

-200 m – przedszkolaki do 2015r. włącznie (chł. i dz.)

-500 m – roczniki 2014 - 2013 (chł. i dz.)

-1000 m – roczniki 2012 - 2011 (chł. i dz.)

- 2000 m – roczniki 2010 - 2008 (chł. i dz.)

Biegi dla dzieci rozpoczną się o godz. 13:00 (w kolejności od 200m do 2000m)

UWAGA: każdy uczestnik musi mieć do wglądu legitymację szkolną.

- Po biegach na 200m, 500m, 1000m, 2000m wręczenie nagród dla dzieci i młodzieży

- **13:45** – Zapisy do rekreacyjnego marszu nordic walking

- **13:45** – Zapisy do Biegu Open i wydawanie numerów startowych

- **14:15** - Marsz nordic walking dookoła zalewu (5200m)

- **15:30** - BIEG OPEN (5200 m) dookoła zalewu (chł. i dz.)

Miejsce zbiórki do biegu – Zalew „Jutrosin”

- Trasa biegu – utwardzony tłuczeń, kostka brukowa

- **Uczestnictwo:**
- zawody mają charakter otwarty i mogą uczestniczyć w nich wszyscy wg regulaminu,
- każdy zawodnik startuje na własną odpowiedzialność,
- każdy zawodnik powinien okazać się dokumentem potwierdzającym jego tożsamość: np. dowód osobisty, legitymacja szkolna
- osoby poniżej 18 lat muszą posiadać badanie lekarskie lub zgodę rodziców na udział w zawodach

- **Sposób przeprowadzenia imprezy, ocena wyników:**

- Udział w biegu jest czysto rekreacyjny i ma służyć popularyzacji biegania i aktywności ruchowej jako najprostszych form ruchu oraz doskonalenia fizycznego i poprawy stanu zdrowia.

- **Nagrody:**

Zdobywcy miejsc I-III w biegach na 200m, 500m, 1000m i 2000m w klasyfikacji dziewcząt i chłopców otrzymają puchary. Wszyscy uczestnicy biegów dla dzieci otrzymają pamiątkowe koszulki i medale. W BIEGU OPEN zdobywcy miejsc I-III w kategorii kobiet i mężczyzn otrzymają puchary, dodatkowa klasyfikacja dla 3 najlepszych zawodników z Gminy Jutrosin oraz dla Seniora Biegu i najmłodszego uczestnika. Dla pozostałych uczestników pamiątkowe medale. Dla uczestników marszu nordic walking nie będzie prowadzona klasyfikacja końcowa – wszyscy otrzymają pamiątkowe medale. W przypadku większej liczby uczestników organizator zastrzega sobie prawo dostarczenia nagród pozostałym osobom w późniejszym terminie.

- **Termin i forma zgłoszeń:**

Zgłoszenia do biegów i marszu nordic walking przyjmowane będą w dniu rozgrywania VIII Biegu dookoła zalewu – 3 maja 2023r., oraz drogą elektroniczną na stronach organizatorów. Karty zgłoszeń i zgody rodziców dla dzieci będą dostępne na stronach internetowych organizatorów, dodatkowo w Biurze Gminnego Centrum Informacji w Jutrosinie, bądź przy stolikach sędziowskich w dniu biegu.

- **Postanowienia końcowe:**

- uczestnicy podpisują oświadczenia, że startują na własną odpowiedzialność i nie będą rościć żadnych pretensji w stosunku do organizatora z tytułu udziału w tych zawodach,
- podczas zawodów uczestnik musi posiadać ważną legitymację w przypadku dzieci bądź dowód osobisty
- w przypadku poświadczenia nieprawdy organizator może wykluczyć zawodnika z biegu
- opiekę medyczną zapewnia organizator,
- bieg jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się z udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez zawodnika.
- organizator zastrzega sobie prawo ewentualnych zmian w niniejszym regulaminie oraz prawo interpretacji i decydowania we wszystkich sprawach nie objętych niniejszym regulaminem,
- organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu lub jego przerwania bez podania powodów,
- interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatorów biegu.