

## Zawody Nor-DZIK Walking DZIKOWIEC 2019

rekreacyjna impreza sportowa o charakterze pikniku rodzinnego

Zawody objęte Patronatem Honorowym portalu



### 1. ORGANIZATOR

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Boguszowie-Gorcach  
ul. Olimpijska 1, 58-371 Boguszów-Gorce  
tel./fax. 74 844-03-05  
e-mail: [biuro@osir-boguszow.eu](mailto:biuro@osir-boguszow.eu)  
[www.osir-boguszow.eu](http://www.osir-boguszow.eu)



### 2. CEL IMPREZY

popularyzacja aktywnego, zdrowego spędzania czasu wolnego, popularyzacja nordic walking, promocja Boguszowa-Gorc oraz Ośrodka Sportowo-Rekreacyjnego „GÓRA DZIKOWIEC”.

### 3. TERMIN i MIEJSCE

**03.05.2019 r.** – Ośrodek Sportowo-Rekreacyjny „GÓRA DZIKOWIEC” w Boguszowie-Gorcach  
pierwszy start o godz. 11:00.

### 4. WARUNKI UCZESTNICTWA

- impreza ma charakter otwarty,
- uczestnikiem może być każda osoba posiadająca kije nordic walking i odpowiedni strój,
- warunkiem dopuszczenia zawodnika do marszu będzie własnoręczne podpisanie Karty Zgłoszeń zawierającej dane osobowe oraz zaświadczenie o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w imprezie, dostępne na stronie internetowej oraz w Biurze Zawodów,
- młodzież poniżej 18 roku życia startuje za pisemną zgodą rodzica/opiekuna, (wzór zgody wraz z kartą zgłoszeniową dostępne na stronie i w Biurze Zawodów),
- podczas rejestracji i odbioru numeru startowego, zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku,
- podczas marszu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na klatce piersiowej; zasłanianie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji; nie można używać własnych numerów startowych,
- uczestnicy marszu zostaną sklasyfikowani w kategoriach wiekowych i kategoriach OPEN.

### 5. TRASA

Trasa Nor-DZIK Walking Dzikowiec 2019 przebiega w terenie leśnym, bez dużych przewyższeń. Ścieżki leśne, szutrowe i kamieniste, na odcinkach trasa może być błotnista i podmokła. Trasa w formie pętli ok. 6,5 km, dystanse 13 km i 19,5 km mają do pokonania odpowiednio 2 i 3 okrążenia. **Przebieg:** linia startu/mety usytuowana w dolnej części stoku Dzikowca prowadzi drogami leśnymi w kierunku północno-zachodnim w okolice „pięciu stawów” po około 3 km nawrót w prawo i powrót na linię startu/mety.

**Oznakowanie:** piktogramy wskazujące kierunek marszu, dodatkowo w miejscach wymagających dodatkowego oznakowania taśma ostrzegawcza.

## 6. ZGŁOSZENIA i OPŁATY

- zgłoszenia na stronie [www.datasport.pl](http://www.datasport.pl)
- w dniu imprezy w biurze zawodów, godz. 8:00 – 10:00,
- **udział w imprezie jest bezpłatny.**

## 7. DYSTANSE i KATEGORIE

6,5 km		13 km (2x6,5 km)		19,5 km (3x6,5km)	
KATEGORIE OPEN		KATEGORIE OPEN		KATEGORIE OPEN	
Dziewczęta Junior (10-14 lat)	Chłopcy Junior (10-14 lat)	---	---	---	---
Dziewczęta Młodzik (15-17 lat)	Chłopcy Młodzik (15-17 lat)	Dziewczęta Młodzik (15-17 lat)	Chłopcy Młodzik (15-17 lat)	---	---
Kobiety	Mężczyźni	Kobiety	Mężczyźni	Kobiety	Mężczyźni
Osoby z niepełnosprawnością (grupa 2 lub wyższa)		Osoby z niepełnosprawnością (grupa 2 lub wyższa)		Osoby z niepełnosprawnością (grupa 2 lub wyższa)	
KATEGORIE WIEKOWE		KATEGORIE WIEKOWE		KATEGORIE WIEKOWE	
K 18-29	M 18-29	K 18-29	M 18-29	K 18-29	M 18-29
K 30-39	M 30-39	K 30-39	M 30-39	K 30-39	M 30-39
K 40-49	M 40-49	K 40-49	M 40-49	K 40-49	M 40-49
K 50 +	M 50 +	K 50 +	M 50 +	K 50 +	M 50 +

## 8. NAGRODY

- w kategoriach open – miejsca 1-3 - medale, dyplomy i drobne upominki,
- w kategoriach wiekowych – 1 miejsce – dyplomy i drobne upominki.

## 9. PROGRAM IMPREZY

**03.05.2019 r.**

- 8:00 - 10:30 – rejestracja zawodników, wydawanie numerów startowych,
- 10:45 – odprawa techniczna (instruktaż nordic walking),
- 11:00 – starty zawodników na dystansach: 19,5 km, 13 km i 6,5 km,
- 12:00 – rozpoczęcie Rodzinnego Pikniku pod Dzikowcem – organizowanego przez MBP-CK w Boguszowie-Gorcach,
- ok.14:45 – zamknięcie trasy,
- ok.14:50 – ceremonia dekoracji,
- 18:00 – zakończenie Rodzinnego Pikniku pod Dzikowcem.

## 10. NORDIC WALKING na TRASIE

- Nordic Walking jest to przemieszczanie się ruchem naprzemiennym krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób, że nie jest widoczna gołym okiem jednoczesna utrata kontaktu obu stóp z podłożem.
- Podbieganie, bieg i/lub skracanie trasy równa się karze czasowej, a w rażących przypadkach automatycznej dyskwalifikacji.
- Opuszczenie trasy przez zawodnika nie będzie karane dyskwalifikacją pod warunkiem, że zawodnik zgłosi to najbliższemu sędziemu i wróci na trasę w miejscu, w którym ją opuścił.
- Na trasie znajdować się będą sędziowie, którzy będą dokonywali oceny techniki marszu NW oraz udzielali upomnień i kar za naruszenie przepisów sędziowskich pokazując zawodnikowi żółtą lub czerwoną kartkę.
- Każda żółta kartka skutkuje dopisaniem do osiągniętego rezultatu czasowego kary 30 sekundowej.
- Czerwona kartka jest dyskwalifikacją zawodnika.
- Pomiar czasu i ustalenie kolejności zawodników na mecie będzie wykonywane przez sędziów technicznych. Oficjalnym czasem jest czas odnotowany na mecie plus ewentualne kary.
- Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani i zapisani w Biurze Zawodów.

## 11. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Organizator zapewnia: numer startowy (do zwrotu), zaplecze sanitarne, punkt bufetowy na trasie zawodów, zabezpieczenie medyczne, medale, dyplomy i upominki dla Zwycięzców w poszczególnych kategoriach.
- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Zawodników obowiązuje strój sportowy.
- Organizator posiada ubezpieczenie OC imprezy.
- Każdy zawodnik ubezpiecza się od następstw nieszczęśliwych wypadków NW we własnym zakresie.
- Uczestnicy biorą udział w marszu na własną odpowiedzialność i nie będą wносить żadnych roszczeń w razie wystąpienia zdarzeń losowych.
- Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
- Zdjęcia i filmy oraz wizerunki uczestników wykonane podczas imprezy mogą być wykorzystane w materiałach reklamowych biegu.
- Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga Organizator i Sędzia Główny zawodów.
- Za pozostawione bez opieki rzeczy organizator nie ponosi odpowiedzialności.
- Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych w celu ewidencjonowania uczestników Marszu oraz ich klasyfikacji.
- Przez odbiór numeru startowego uczestnik potwierdza, iż zapoznał się z regulaminem Zawodów Nor-DZIK WALKING „Dzikowiec 2019” oraz zobowiązuje się do jego przestrzegania.
- Wiąząca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi.

<p><u>Jakub Sobieski</u> 74 844-03-05 693-844-133 <u>Maria Burzyńska</u> 74-844-03-05</p>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------