

# Regulamin

## NORDIC&RUN FESTIVAL ŚCINAWA 2020

### **I. Cel zawodów:**

Popularyzacja nordic walking i biegania jako uniwersalnej i aktywnej formy spędzania czasu wolnego dla każdego oraz integracja miłośników nordic walking i biegania z całego kraju.

### **II. Termin:**

16.02.2018r. (niedziela), biuro zawodów: Ścinawa - Port Ścinawa ul. Rybna  
otwarte od 9:30 do 12:00

### **III. Organizator:**

Stowarzyszenie Osób z Pozytywną Energią Ścinawska Grupa Nordic Walking, RCS Lubin,  
Klub Sportowy „Start” Ścinawa, Centrum Turystyki i Kultury w Ścinawie

### **IV. Współorganizator:**

Gmina Ścinawa, Fundacja „Przystań” w Ścinawie

### **V. Zasady i warunki uczestnictwa w marszu i zawodach nordic walking:**

- w zawodach może wziąć udział każdy, kto opłacił wpisowe
- wpisowe wynosi:

30 zł- "Rywalizacja Miłośników Nordic "-6km,

15zł- "Rajd Zakochanych w Nordic"-3km

- opłaty wpisowego należy dokonać na numer konta stowarzyszenia:

Stowarzyszenie Osób z Pozytywną Energią „Ścinawska Grupa Nordic Walking”

Bank Spółdzielczy w Ścinawie numer rachunku bankowego:

**94 8669 0001 2035 0353 2908 0001**

z dopiskiem: „Organizacja imprezy imię i nazwisko i wybrany dystans”

lub w biurze zawodów

- wpisowe przeznaczone będzie wyłącznie na organizację imprezy

- w dniu mistrzostw zawodnik, który przedstawi dowód wpłaty lub uiszczy opłatę startową w biurze zawodów otrzyma numer startowy ,który jest talonem żywnościowym.

- dzieci, młodzież do lat 18, organizatorzy, współorganizatorzy zwolnieni są z opłaty wpisowego

- osoby, które nie ukończyły 18 roku życia muszą posiadać pisemną zgodę rodziców bądź opiekunów wraz z oświadczeniem o braku przeciwwskazań zdrowotnych dziecka do uprawiania nordic walking (druk do pobrania w biurze zawodów lub na stronie internetowej: [www.festiwal2018.nordicscinawa.pl](http://www.festiwal2018.nordicscinawa.pl) )

- chęć uczestnictwa w zawodach można zgłaszać poprzez zapisy elektroniczne dostępne na stronach internetowych <http://feniks-timing.pl/>, [chodzezkijami.pl](http://chodzezkijami.pl) lub bezpośrednio przed zawodami w biurze zawodów;

- każdy zawodnik po podpisaniu oświadczenia o udziale w zawodach na własną odpowiedzialność, otrzymuje stały numer, którym posługuje się przez cały czas trwania zawodów;

- zgubienie lub zniszczenie numeru startowego należy niezwłocznie zgłosić organizatorowi zawodów;

- wszystkich zawodników obowiązują technika marszu nordic walking.

Marsz nordic walking jest to przemieszczanie się krokami do przodu, z zachowaniem stałego kontaktu z ziemią, w taki sposób, że nie jest widoczna gołym okiem utrata kontaktu z podłożem. Podczas marszu używa się specjalnych kijów do nordic walking.

- podczas imprezy będzie możliwość nieodpłatnego wypożyczenia kijków dla najmłodszych miłośników nordic walking, ilość kijków do wypożyczenia jest ograniczona.

- pomiar czasu podczas Rywalizacja Miłośników Nordic "-6km będzie elektroniczny

## **VII. Forma zawodów:**

Zawody będą odbywać się w następujących formach:

1. "MARSZ NAJMŁODSZYCH WIELBICIELI NORDIC"- dystans ok. 500m - start 12:30 (dzieci do 11 r.ż.)

2. "RAJD ZAKOCHANYCH W NORDIC"- dystans 3km – start 12:40

3. "RYWALIZACJA MIŁOŚNIKÓW NORDIC"- dystans 6km – start 12:35

Kategorie dla „RYWALIZACJI MIŁOŚNIKÓW NORDIC”:

Kobiety, Mężczyźni, Młodzież

-K-12-17                    M-12-17

-K-18-39                    M-18-39

-K-40+                      M-40+

-K-50+                      M-50+

-K-60+                      M-60+

### **VIII. Nagrody:**

W MARSZU NAJMŁODSZYCH WIELBICIELI NORDIC upominki i medale dla wszystkich zawodników.

W "RAJDZIE ZAKOCHANYCH W NORDIC"- medale pamiątkowe dla wszystkich zawodników oraz nagrody dla wyróżnionych, przebranych uczestników (przebrania hip hopowe, bo impreza odbywa się pod hasłem Szlakiem Odry Militarnym Krokiem)

W "RYWALIZACJI MIŁOŚNIKÓW NORDIC" w każdej kategorii za zajęcie I - III miejsca nagrody rzeczowe i statuetki.

### **IX. Postanowienia końcowe:**

- podczas zawodów na trasie będą obecni sędziowie, którzy zajmą się oceną poprawnej techniki nordic walking;

- wszelkie kwestie sporne rozstrzyga koordynator imprezy Paulina Wityk-Szumna tel. 797 291 773;

- organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzenia zmian w regulaminie;

- ostateczna interpretacja Regulaminu należy do organizatora.

-regulamin zawodów biegowych = regulamin Biegowego GP Zagłębia Miedziowego dostępny na stronie internetowej [www.rcslubin.pl](http://www.rcslubin.pl)

**Kontakt do organizatorów: Paula 797 291 773, Aga 732 869 033 lub email: [paulaszumna@wp.pl](mailto:paulaszumna@wp.pl) lub [nandrundefestiwal@gmail.com](mailto:nandrundefestiwal@gmail.com)**