

**REGULAMIN**  
**XXIX MIĘDZYNARODOWEGO BIEGU ULICZNEGO <sup>®</sup>HYBRYD<sup>16</sup>**  
**POD PATRONATEM PRZEWODNICZĄCEGO RADY MIEJSKIEJ**  
**W TWARDOGÓRZE**  
**Twardogóra, 17 września 2023 r.**

**I. CEL IMPREZY.**

1. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej.
2. Promocja Miasta i Gminy Twardogóra.
3. Podnoszenie sprawności strażaków OSP i PSP.

**II. ORGANIZATORZY, WSPÓLORGANIZATORZY.**

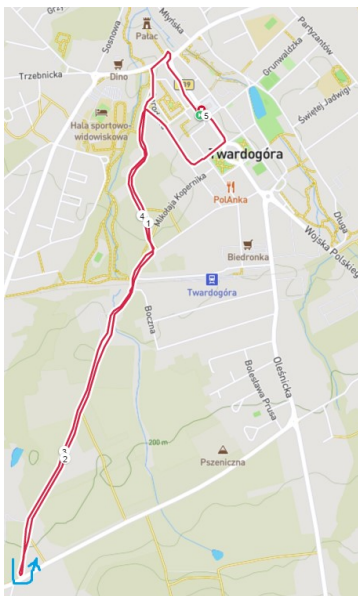
- Burmistrz Miasta i Gminy Twardogóra,
- Rada Miejska w Twardogórze,
- Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Twardogórze,
- Międzyszkolny Ludowy Klub Sportowy "Echo",
- Komenda Wojewódzka Państwowej Straży Pożarnej we Wrocławiu,
- Komenda Powiatowa Państwowa Straż Pożarna w Oleśnicy.

**III. TERMIN I MIEJSCE.**

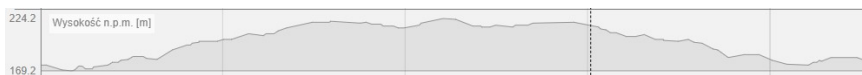
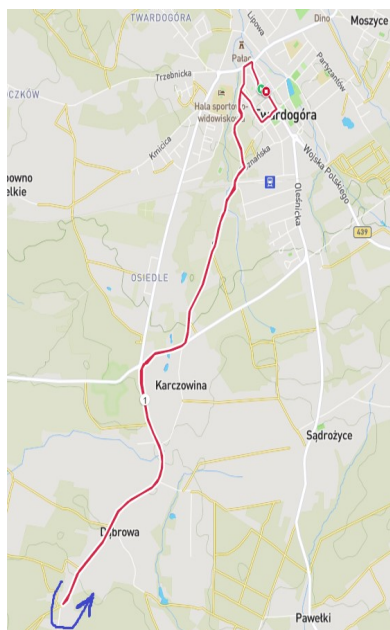
1. Bieg odbędzie się 17 września 2023 r. – niedziela.
2. Start i Meta biegu głównego: Rynek - Ratusz w Twardogórze.
3. Start biegu głównego godzina 12:10.

**IV. TRASA I DYSTANS.**

1. Bieg zostanie rozegrany na ulicach miasta Twardogóra oraz miejscowość Dąbrowa.
2. Nawierzchnia na całej trasie asfaltowa.
3. Bieg główny rozgrywany jest na dystansie 5 i 10 km – start wspólny dla obu dystansów (kobiety i mężczyźni).
4. Trasa biegu na 10 km w części pokrywa się z trasą biegu na 5 km. Do nawrotu przewidzianego dla biegu na dystansie 5 km wszyscy startujący biegają razem.
5. TRASA 5 km – 1 pętla (K i M)  
TRASA 5 km – 1 pętla „Nordic Walking” (K i M) - bez klasyfikacji.



## 6. TRASA 10 km – 1 pętla (K i M).



**Trasa będzie w dniu biegu posiadać atest Polskiego Związku Lekkiej Atletyki.**

## V. WARUNKI UCZESTNICTWA.

1. Bieg główny ma charakter otwarty, mogą w nim uczestniczyć biegacze i biegaczki urodzeni/one po dniu 17 września 2007 r. niezależnie od miejsca zamieszkania, przynależności klubowej i narodowości.
2. Wszyscy uczestnicy startują wyłącznie na własną odpowiedzialność, co potwierdzą złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności udziału w biegu.
3. W przypadku osób niepełnoletnich oświadczeni, o którym mowa powyżej podpisuje rodzic lub opiekun prawny.
4. Uczestnik biegu lub opiekun prawny osoby niepełnoletniej, podpisując kartę zgłoszeniową akceptuje warunki regulaminu.
5. Osobę niepełnoletnią do udziału w biegu zgłasza osobiście rodzic lub opiekun prawny.
6. Każdy uczestnik jest zobowiązany spełnić wymogi Organizatora.
7. Zawodnicy i zawodniczki startujący w klasyfikacji Straży Pożarnej w biegu na 10 km są zobowiązani potwierdzić swoją przynależność legitymacją służbową.
- 7.1. Weryfikacja strażaków realizowana będzie w oddzielnym punkcie w obszarze „**start – meta**”.
- 7.2. **Dodatkowe informacje na temat udziału strażaków znajdują się w załączniku nr 1 do regulaminu.**
8. Organizator ogranicza liczbę zawodników do 250 osób (zapisanych i opłaconych) - na dwa dystanse łącznie (5 i 10 km) oraz „Nordic Walking”.
9. W przypadku braku wyczerpania się limitu uczestników zgłoszonych elektronicznie, Organizator dopuszcza zgłoszenia w dniu zawodów do osiągnięcia założonej ilości osób (bez pakietu startowego).
10. O uczestnictwie decyduje kolejność zgłoszeń.
11. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany ilości zgłoszeń w zależności od obowiązujących przepisów związanych z pandemią lub innymi ograniczeniami, których nie można było przewidzieć wcześniej.

## VI. ZGŁOSZENIA.

1. Zgłoszenia elektroniczne oraz opłaty startowe można dokonywać pod następującym adresem:

<https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=8177>

2. Zgłoszenia elektroniczne będą przyjmowane do dnia 14.09.2023 r., po tym terminie zgłoszenia będą możliwe tylko w biurze zawodów zlokalizowanym przy ul. Ratuszowej 14 w Twardogórze dnia 17.09.2023 r. w godzinach 9:00 do 11:30.
3. Numery startowe wydawane będą po okazaniu dokumentu tożsamości.
4. Numer startowy należy umieścić z przodu na odzieży startowej.
5. Organizator zapewnia elektroniczny pomiar czasu poprzez chipy.

## VII OPŁATY.

1. Opłatę startową przy zgłoszeniu elektronicznym można wnieść poprzez link znajdujący się przy zgłoszeniu.
2. Opłatę startową przy zgłoszeniu elektronicznym można wnieść również na konto organizatora: GOSiR Twardogóra (nr konta **13 9584 1047 2005 0500 0101 0001**)  
Wskazując imię nazwisko uczestnika z dopiskiem opłata startowa.
3. Do **dnia 4 września** (niedziela) 2023 r. opłata startowa **wynosi 60 zł** (decyduje data wpływu na konto organizatora).
4. Do **dnia 14 września** (środa) 2023 r. opłata wynosi **70 zł**.
5. Opłata startowa wnoszona w **dniu zawodów - 80 zł** (płatne w biurze zawodów bez pakietu startowego),
6. Dla mieszkańców gminy Twardogóra oraz strażaków opłata startowa wynosi **50 zł do dnia 14 września 2023 r.** W dniu zawodów płatne również **80 zł**.
7. Osoba będąca jednocześnie mieszkańcem gminy Twardogóra i strażakiem otrzymuje tylko jedne pakiety startowe.
8. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
9. Opłata startowa nie może zostać przypisana innemu zawodnikowi.

## VIII BIEGI MAŁYCH ASÓW.

1. W dniu zawodów będą odbywały się „**Biegi Małych Asów**” w których udział mogą wziąć uczniowie szkół, niezależnie od limitu uczestników wskazanego w Rozdziale V, pkt 8.
2. Udział w „**Biegach Małych Asów**” będzie odbywał się z kartą startową pobraną w dniu zawodów, w biurze zawodów przy ul. Ratuszowej 14 w Twardogórze.
3. W przypadku większej liczby uczniów prosimy zgłoszenia szkół na maila [tomaszsport@gosir.twardogora.pl](mailto:tomaszsport@gosir.twardogora.pl) do dnia 14 września 2023 r. wg wzoru:

Lp.	Nazwisko	Imię	Płeć	Rok urodzenia	Dystans	Szkoła
1	Xowalski	Xan	M	2010	250 m	SP 2 Twardogóra

4. Udział w „**Biegach Małych Asów**” jest bezpłatny.
5. W „**Biegach Małych Asów**” każdy uczestnik otrzyma koszulkę.
6. W „**Biegach Małych Asów**”, na poszczególnych dystansach prowadzona będzie klasyfikacja szkół podstawowych, wg zasady 1 miejsce – 20 pkt, 2 miejsce – 19 pkt ..... 20 miejsce – 1 pkt. O miejscu decyduje suma punktów uzyskanych przez szkołę.
7. Organizator zastrzega sobie prawo do podania wyników w „**Familijnych Biegach Małych Asów**” w terminie do 21 dni licząc od dnia przeprowadzenia zawodów.

## IX PROGRAM.

Dystans / kategoria / rocznik	Godzina startu	Dekoracja
100 m K (2017 i mł.) – start na wysokości ul. Poprzecznej	10:00	10:15
100 m M (2017 i mł.) – start na wysokości ul. Poprzecznej	10:10	10:25
250 m K (2015-16) – start od ronda przy ul. Wrocławskiej	10:20	10:35

250 m M (2015-16) – start od ronda przy ul. Wrocławskiej	10:30	10:45
500 m K (2013-14)	10:40	10:55
500 m M (2013-14)	10:50	11:05
500 m K (2011-12)	11:05	11:20
500 m M (2011-12)	11:15	11:30
1 km K i M (2009-10) – start wspólny	11:30	11:45
<b>Klasyfikacja szkół podstawowych</b>		13.00
BIEG Rekreacyjny - 1 km	11:40	
<b>Bieg główny (K i M) 5 km i 10 km, 5 km Nordic Walking – start wspólny -</b>	<b>12:10</b>	
<b>Dekoracja biegu głównego:</b> po zakończeniu biegu na 10 km, wg kolejności zgodnej z Rozdziałem X Regulaminu – rozpoczęcie dekoracji od dystansu 5 km.		
Losowanie nagród na podstawie numerów startowych po zakończonej dekoracji biegu głównego		

**Uwaga!** Organizator zastrzega sobie weryfikację programu po zamknięciu zgłoszeń w dniu zawodów.

## X NAGRODY.

### 1. „Bieg Małych Asów”:

- W „Biegach Małych Asów” każdy uczestnik otrzyma koszulkę,
- na każdym dystansie miejsca 1-3 puchary z podziałem dziewczęta i chłopcy,
- w klasyfikacji szkół, nagrody finansowe do wykorzystania na zakup sprzętu sportowego.

### 2. Bieg Główny:

- W biegach na 5 i 10 km prowadzona będzie taka sama klasyfikacja na obu dystansach OPEN i w kategoriach wiekowych:
- OPEN mężczyzn (3 pierwsze) - puchary i nagrody finansowe,
- OPEN kobiet (3 pierwsze) - puchary i nagrody finansowe,
- w kategoriach wiekowych - puchary za miejsca 1-3 (K i M):
  - K,M-20 ..... (16-29 lat),
  - K,M-30 ..... (30-39 lat),
  - K,M-40 ..... (40-49 lat),
  - K-50 ..... (50 lat i więcej),
  - M-50..... (50-59 lat),
  - M-60 ..... (60-69 lat),
  - M-70 ..... (70 lat i więcej).

### 3. Dodatkowe klasyfikacje:

- **mieszkańcy miasta i gminy Twardogóra** - puchary 1-3 dla K i M bez podziału na kategorie wiekowe - osobno dla każdego dystansu,
- **STRAŻ POŻARNA** - puchary 1-3 dla K i M na dystansie 10 km bez podziału na kategorie wiekowe.

### 4. 5 km Nordic Walking, 1 pętla bez klasyfikacji generalnej i kategorii wiekowych.

### 5. O przynależności do klasyfikacji w kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia.

6. Nagrodzeni w klasyfikacji generalnej nie otrzymują nagród w kategoriach wiekowych.
7. W ramach wpisowego, każdy uczestnik otrzyma podstawowy pakiet startowy: medal, ręcznik pamiątkowy, talon na posiłek oraz materiały promocyjne.
8. **Po zakończeniu ceremonii dekoracji biegu głównego zostanie przeprowadzone losowanie nagród rzeczowych wśród wszystkich startujących w biegu.**

## **XI POSTANOWIENIA KOŃCOWE.**

1. Bieg zostanie zorganizowany niezależnie od warunków pogodowych.
2. Organizator zapewnia opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy.
3. Organizator ubezpiecza zawodników na czas zawodów.
4. Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione lub pozostawione przez zawodników poza depozytem.
5. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany poszczególnych punktów regulaminu.
6. O sprawach nieobjętych regulaminem decyduje Organizator.
7. Wśród wszystkich startujących w Biegu Głównym zostaną rozlosowane nagrody rzeczowe.
8. Organizator przewiduje zakończenie imprezy 30 min po przekroczeniu linii mety przez ostatniego zawodnika.

## **XII INFORMACJE DLA BIEGACZY.**

1. Parking, szatnie, natryski będą udostępnione w hali sportowo-widowiskowej przy ul. Wrocławskiej 39 w Twardogórze (odległość od miejsca startu - ok. 400 m) i będą czynne w dniu zawodów od godz. 7.00. Depozyt w Biurze Zawodów ul. Ratuszowa – Rynek w Twardogórze.
2. Bieżące informacje na temat biegu będą udostępniane na Facebooku: [www.facebook.com/TwardogorskiBiegUliczny](https://www.facebook.com/TwardogorskiBiegUliczny)
3. Noclegi są możliwe i dostępne w terminie 16-17 września 2023 r. po wcześniejszej rezerwacji pod numerem telefonu: 697 849 803
4. **W przypadku pytań prosimy o kontakt:**

**Jan Świerad** - Dyrektor Biegu oraz Dyrektor GOSiR Twardogóra tel: 603 882 627

**Tomasz Dżugaj** – GOSiR Twardogóra, tel.: 668 332 463,  
e-mail: [tomaszsport@gosir.twardogora.pl](mailto:tomaszsport@gosir.twardogora.pl)

**Zapraszamy serdecznie  
Organizatorzy**



**MLKS Echo  
Twardogóra**

## **REGULAMIN IV BIEGU STRAŻACKIEGO O PUCHAR KOMENDANTA WOJEWÓDZKIEGO PAŃSTWOWEJ STRAŻY POŻARNEJ WE WROCŁAWIU**

**(w ramach XXIX Międzynarodowego Biegu Ulicznego  
pod patronatem Przewodniczącego Rady Miejskiej w Twardogórze)**

**Twardogóra, 17 września 2023 r.**

### **I. CEL**

Popularyzacja biegania jako formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej.  
Podnoszenie sprawności fizycznej funkcjonariuszy PSP oraz druhow OSP.  
Promocja Miasta i Gminy Twardogóra, a także popularyzacja Państwowej Straży Pożarnej i Ochotniczych Straży Pożarnych.  
Wyłonienie najlepszych biegaczy wśród strażaków.

### **II. ORGANIZATORZY**

Burmistrz Miasta i Gminy Twardogóra, Rada Miejska w Twardogórze, Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji w Twardogórze, Komenda Wojewódzka Państwowej Straży Pożarnej we Wrocławiu, Komenda Powiatowa Państwowej Straży Pożarnej w Oleśnicy, Międzyszkolny Ludowy Klub Sportowy „Echo”.

### **III. TERMIN I MIEJSCE**

IV Bieg Strażacki na dystansie 10 km o puchar Komendanta Wojewódzkiego Państwowej Straży Pożarnej we Wrocławiu odbędzie się w ramach XXIX Międzynarodowego Biegu Ulicznego pod patronatem Przewodniczącego Rady Miejskiej w Twardogórze w dniu 17 września 2023 roku w Twardogórze (gmina Twardogóra, powiat oleśnicki); start godz. 12.00 Rynek-Ratusz w Twardogórze.

### **IV. ZGŁOSZENIA**

Zapisy do IV Biegu Strażackiego o puchar Komendanta Wojewódzkiego Państwowej Straży Pożarnej we Wrocławiu **wyłącznie** poprzez formularz zgłoszeniowy **do dnia 01.09.2023r.** Po tym terminie zgłoszenia do Biegu Strażackiego nie będą przyjmowane.

Link do zapisów poniżej , oraz potwierdzając mailowo uczestnictwo na adres [rzecznik@straz.olesnica.pl](mailto:rzecznik@straz.olesnica.pl)

<https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=8177>

Dodatkowych informacji udziela kpt. Marcin Purzyński pod numerem tel. 603 032 279 lub 71/ 314 20 91 (poniedziałek – piątek w godzinach 7.30-15.30) lub mailem [rzecznik@straz.olesnica.pl](mailto:rzecznik@straz.olesnica.pl)

### **V. UCZESTNICTWO**

W Biegu Strażackim uczestniczyć mogą wszystkie osoby zatrudnione/pełniące służbę w jednostkach organizacyjnych PSP (strażacy, pracownicy cywilni, studenci), a także członkowie Ochotniczych Straży Pożarnych (po okazaniu legitymacji członkowskiej z potwierdzoną opłaconą składką na rzecz jednostki).

**Oplata startowa oraz inne sprawy związane z biegiem ujęte są w regulaminie XXIX Międzynarodowego Biegu Ulicznego pod patronatem Przewodniczącego Rady Miejskiej w Twardogórze**

### **WAŻNE:**

w tytule przelewu proszę o wpis: „**opłata startowa**”, **podać imię i nazwisko zawodnika oraz reprezentowaną jednostkę organizacyjną PSP lub jednostkę OSP.**

W ramach wpisowego każdy uczestnik otrzyma okolicznościowy pakiet startowy, medal i talon na posiłek.

## **VI. NAGRODY w BIEGU STRAŻACKIM**

Mężczyźni - klasyfikacja generalna, bez podziału na kategorie wiekowe:

I - III miejsce – okolicznościowe puchary i dyplomy

Kobiety - klasyfikacja generalna, bez podziału na kategorie wiekowe.

I - III miejsce – okolicznościowe puchary i dyplomy

Ilość nagrodzonych miejsc w klasyfikacji strażaków może ulec zmianie.

**UWAGA !!!** Funkcjonariusze nagrodzeni w Biegu Strażackim są nagradzani także w klasyfikacji **OPEN** oraz w kategoriach wiekowych w XXIX Międzynarodowym Biegu Ulicznym pod patronatem Przewodniczącego Rady Miejskiej w Twardogórze zgodnie z zapisami regulaminu.

Dodatkowo dla najlepszego strażaka i strażaczki powiatu oleśnickiego, którzy ukończą bieg główny na 10km – wręczone zostaną puchary okolicznościowe Komendanta Powiatowego PSP w Oleśnicy.

## **VII. TRASA**

Ulicami miasta Twardogóra i wokół miasta - nawierzchnia asfaltowa (10 km trasa atestowana) – szczegółowy przebieg trasy przedstawiony jest w regulaminie XXIX Międzynarodowym Biegu Ulicznym pod patronatem Przewodniczącego Rady Miejskiej w Twardogórze.

## **X. PROGRAM MINUTOWY**

09.00 - 11.30 weryfikacja w biurze zawodów przy ul. Ratuszowej 14 (**UWAGA:** weryfikacja strażaków będzie odbywała się w osobnym punkcie Biura Zawodów. Bez weryfikacji, zawodnik nie będzie sklasyfikowany w Biegu Strażackim);

12.00 - start w biegu głównym (Rynek-Ratusz);

13.30-14.00 - wręczenie nagród (Rynek-Ratusz)

## **XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i jest zobowiązany do jego przestrzegania. Wszyscy uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów. Uczestnicy zawodów biegowych wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z Biegu zamieszczonych na stronach internetowych, w mediach oraz materiałach promocyjnych.

Uczestników Biegu Strażackiego obowiązuje Regulamin XXIX Międzynarodowego Biegu Ulicznego pod patronatem Przewodniczącego Rady Miejskiej w Twardogórze. W sprawach spornych nie objętych regulaminem decydują organizatorzy.

Serdecznie zapraszam

Komendant Powiatowy PSP  
w Oleśnicy

st. bryg. mgr inż. Andrzej Fischer