



2. LEŚNY CROSS MARATON & PÓLMARATON

GMINA SADLINKI – LEŚNICTWO BOGUSZ

CEL IMPREZY

1. Wspieranie zdrowego trybu życia, upowszechnianie i promowanie aktywności ruchowej prowadzonej na świeżym powietrzu. Las to wymarzone i niepowtarzalne miejsce na odstressowanie się od dnia codziennego. Warto wypoczywać w lesie i odetchnąć tam pełną piersią.
2. Promocja lasów Nadleśnictwa Kwidzyn, Gminy Sadlinki, miasta Kwidzyna, powiatu kwidzyńskiego oraz całego regionu pomorskiego w Polsce i na Świecie.

ORGANIZATOR: FUNDACJA KOLEŻEŃSKIE BIEGI W LESIE.

PARTNER GŁÓWNY: NADLEŚNICTWO KWIDZYN

WSPÓŁPRACA I WSPARCIE

MM - Kwidzyn
Urząd Miasta Kwidzyna
SOLENIS POLSKA
TOR-PAL
Kwidzyn Biega
Drukarnia Internetowa SIEDEM
OSP - Sadlinki
Powiślańska Szkoła Wyższa

Urząd Gminy Sadlinki
Koło Łowieckie „DANIEL”
KEMIRA
Maraton Leśny Kwidzyn
Gmina Gardeja Biega
Jesteśmy Aby Pomagać – JAP24
OSP - Kwidzyn

TERMIN, MIEJSCE, TRASA

1. Leśny Cross Maraton & Półmaraton odbędzie się 7 października 2023 roku w lasach Leśnictwa Bogusz – Nadleśnictwo Kwidzyn.
2. Miejsce startu: Leśnictwo Bogusz – leśna wiata Koła Łowieckiego „Daniel”.
3. **Start do maratonu o godz. 9:30.**
4. **Start do półmaratonu o godz. 12:00**
5. Biuro Zawodów (w miejscu start/meta) czynne w godz. od 8:45 do 11:45.
5. Trasa biegu przebiega na pętli o długości 21,1 km (*przewyższenie + - 250m*)
6. Na trasie będą znajdować się **3 punkty odżywcze**, w miejscu start/meta, kolejne na 8km oraz na 14,5km (woda, pepsi, piwo bezalkoholowe, cukier w kostkach, banany, daktyle, rodzynki, czekolada, ciastka, itp.).

WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W Biegu uczestniczyć mogą tylko osoby pełnoletnie.
2. Każdy Uczestnik przed przystąpieniem do Biegu składa osobiście pisemne Oświadczenie (według wzoru Organizatora) o braku jakichkolwiek przeciwwskazań zdrowotnych oraz, że udział w biegu bierze na własną odpowiedzialność. **Uwaga!** Złożenie takiego oświadczenia jest warunkiem udziału w Biegu.

BEZPIECZEŃSTWO I ZASADY OBOWIĄZUJĄCE UCZESTNIKÓW

1. Każdy Uczestnik akceptuje fakt, iż trasa przebiega ścieżkami leśnymi i drogami gruntowymi, które wymagają zachowania szczególnej ostrożności.
2. Udział w zawodach wiąże się z ponadprzeciętnym wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko sportowe grożące utratą zdrowia, włącznie ze śmiercią.
3. Bieg nie jest objęty ubezpieczeniem. Każdy Uczestnik powinien ubezpieczyć się indywidualnie na własny koszt, w szczególności od NNW.
4. Każdy Uczestnik w związku z udziałem w Biegu, podpisując Oświadczenie (patrz: warunki uczestnictwa, pkt. 2), zrzeka się roszczeń odnośnie dochodzenia odszkodowania od Organizatora w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu, czy odszkodowania z innego tytułu.
5. Na trasie Biegu obowiązuje nakaz stosowania się do ogólnych zasad ochrony przyrody i nie zakłócania ciszy. W szczególności zabrania się pozostawiania jakichkolwiek przedmiotów na trasie, wszelkie śmieci należy zabrać ze sobą lub zostawić w punktach odżywczych.
6. Każdy Uczestnik zobowiązany jest do udzielenia pomocy innemu Uczestnikowi w razie wypadku.



2. LEŚNY CROSS MARATON & PÓLMARATON

GMINA SADLINKI – LEŚNICTWO BOGUSZ

7. Uczestnicy przez cały czas trwania biegu zobowiązani są posiadać naładowany telefon komórkowy, z którego istnieje możliwość wykonywania połączeń, a który to numer telefonu zostanie przekazany Organizatorowi przed rozpoczęciem biegu.
8. Każdy Uczestnik ma bezwzględny obowiązek poinformować Organizatora o rezygnacji z kontynuowania biegu. Informacja może być przekazana osobiście, telefonicznie lub poprzez SMS, na podany przez Organizatora numer telefonu kontaktowego, który będzie znajdował się na numerze startowym.
9. Jeśli w trakcie zawodów dojdzie do niebezpiecznej sytuacji lub zdarzenia, a telefony komórkowe tracić będą zasięg i niemożliwe stanie się skontaktowanie z Organizatorem lub odpowiednimi służbami, Uczestnik zobowiązany jest używać innych środków celem wezwania pomocy. Każdy Uczestnik jest zobligowany do niezwłocznego zawiadomienia Organizatora o zaistniałym zdarzeniu.
10. Przed startem, w czasie odprawy technicznej uczestnicy zostaną poinformowani o przebiegu i sposobie oznakowania trasy oraz o możliwych niebezpiecznych miejscach.
11. Zawody zabezpieczać będą: Służba Ratunkowa „Jesteśmy Aby Pomagać-JAP24”, OSP-Sadlinki, OSP-Kwidzyn.

POMIAR, LIMIT CZASU, LIMIT UCZESTNIKÓW

1. Pomiar czasu biegu mierzony będzie za pomocą chipów elektronicznych.
2. Limit czasowy ukończenia maratonu = 6,0 godz., a półmaratonu = 3,0 godz.
3. Łączny limit biegaczy startujących w maratonie i półmaratonie: **100 osób (50+50)**.

ZGŁOSZENIA, OPŁATA, NAGRODY

1. Zgłoszenia do udziału w Biegu przyjmowane będą na stronie zapisów www.datasport.pl.
2. Opłata startowa do maratonu i półmaratonu - 50zł (do końca września).
3. Opłata startowa w dniu Zawodów - 100zł (w przypadku wolnych miejsc).
4. Organizator nie zwraca opłaty startowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w zawodach.
5. Zwrot wpisowego przysługuje tylko w przypadku odwołania przez Organizatora biegu przed jego rozpoczęciem.
6. Nie ma możliwości przepisania wpisowego na inną osobę.
7. Organizator nie wystawia rachunków za uczestnictwo w biegu.
8. Organizator zapewnia:
 - pakiet startowy z gadżetami,
 - punkty odżywcze na trasie,
 - pamiątkowy medal na mecie,
 - posiłek regeneracyjny po biegu.
9. W czasie trwania zawodów, w miejscu start/meta dostępny będzie otwarty bufet gdzie będzie można napić się kawy, herbaty, zjeść coś słodkiego oraz upiec kiełbaskę przy ognisku.
10. Rozpoczęcie ceremonii dekoracji i wręczenia nagród Leśnego Crossu oraz cyklu Grand Prix Biegów Leśnych, planowane jest na godz. 15:00 – 15:30.
11. **Nagrody Leśnego Cross Maratonu & Półmaratonu:**
 - puchary i upominki dla pierwszej trójki biegaczy maratonu w kategorii kobiet i mężczyzn,
 - puchary i upominki dla zwycięzców w kategoriach wiekowych. Mężczyźni: 18-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+, Kobiety: 18-39, 40-49, 50-59, 60+
 - puchary i upominki dla pierwszej trójki biegaczy półmaratonu w kategorii kobiet i mężczyzn,
 - puchary i upominki dla zwycięzców w kategoriach wiekowych. Mężczyźni: 18-39, 40-49, 50-59, 60-69, 70+, Kobiety: 18-39, 40-49, 50-59, 60+
12. **Nagrody cyklu Grand Prix Biegów Leśnych:**
 - sportowe trofea i nagrody dla pierwszej szóstki biegaczy w kategorii kobiet i mężczyzn,
 - pamiątkowe medale i upominki dla wszystkich uczestników cyklu, którzy ukończyli co najmniej 4 biegi.



2. LEŚNY CROSS MARATON & PÓLMARATON

GMINA SADLINKI – LEŚNICTWO BOGUSZ

POZOSTAŁE INFORMACJE I POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Relacja z zawodów, wyniki, galeria zdjęć, itp. udostępniane będą na stronach: www.biegwlesie.pl ; www.facebook.com/kolezenskiebiegiwlesie ; www.maratonypolskie.pl
2. Każdy Uczestnik podpisując Oświadczenie do udziału w zawodach wyraża zgodę na nieodpłatną publikację wizerunku, w szczególności wraz z podaniem imienia i nazwiska miejsca zamieszkania, roku urodzenia oraz klubu sportowego, w tym w relacjach z zawodów zamieszczonych w mediach, a także w reklamach, materiałach promocyjnych Organizatora, w tym na internetowych stronach www i w mediach społecznościowych.
3. Organizator wykorzysta przekazane mu dane osobowe, zgodnie z obowiązującymi przepisami, wyłącznie do celów związanych z realizacją zawodów, w szczególności w zakresie zapisów, podania wyników, w tym na stronie FB Koleżeńskie Biegi w Lesie, mediach społecznościowych, stronach o tematyce biegowej/sportowej oraz innych celach bezpośrednio związanych z organizacją i promocją zawodów, wyłonienia zwycięzców i przyznania nagród.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas zawodów.
5. Przypadki nieuwzględnione w niniejszym Regulaminie rozstrzyga Organizator.
6. Kontakt z Organizatorem:

FUNDACJA KOLEŻEŃSKIE BIEGI W LESIE
e-mail: boguslaw.maciejewski@gmail.com

Kwidzyn, 7.09.2023r.