

Regulamin Biegu na 5 km - Trzebnica, 3 marca 2024

## **Piątka w Bukowym!** Run Forrest! Run!



**Piątka w Bukowym!** to cykl biegów na 5 km z klasyfikacją generalną. Bieg składać się będzie z 4 etapów (osobnych biegów) rozłożonych równolegle w czasie w roku 2024. Aby zostać sklasyfikowanym trzeba wziąć udział **w 3 z 4 etapów**, które będzie uprawniać do otrzymania nagród za kat. OPEN oraz kat. WIEKOWYCH i DODATKOWYCH.

Na koniec cyklu planowane jest **losowanie atrakcyjnych nagród**, wśród osób, które ukończyły min 3 etapy.

### **1. Organizator i cel imprezy:**

I. popularyzacja biegania jako formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej, zdobywanie nowych jej zwolenników

II. Celem biegu jest promocja zdrowego stylu życia i integracja społeczności lokalnej

Organizator:

Klub Biegacza Athletics Team Prusice

Partnerzy:

DTR BIEGA / MARIO TEAM

Prusickie Centrum Fitness

### **2. Data i miejsce:**

- Bieg odbędzie się **3 marca 2024 roku w Trzebnicy** [wejście do lasu bukowego od strony kościółka]

- biuro zawodów czynne od 8:00 [wejście do lasu bukowego od strony kościółka]

- Start i meta biegu znajdują się przy [wejście do lasu bukowego od strony kościółka].

**Etap 1/4 – 3 marca 2024 r. – START: 10:30**

**Etap 2/4 – 9 czerwca 2024 r. – START: 10:30**

**Etap 3/4 - 15 września 2024 r. – START: 10:30**

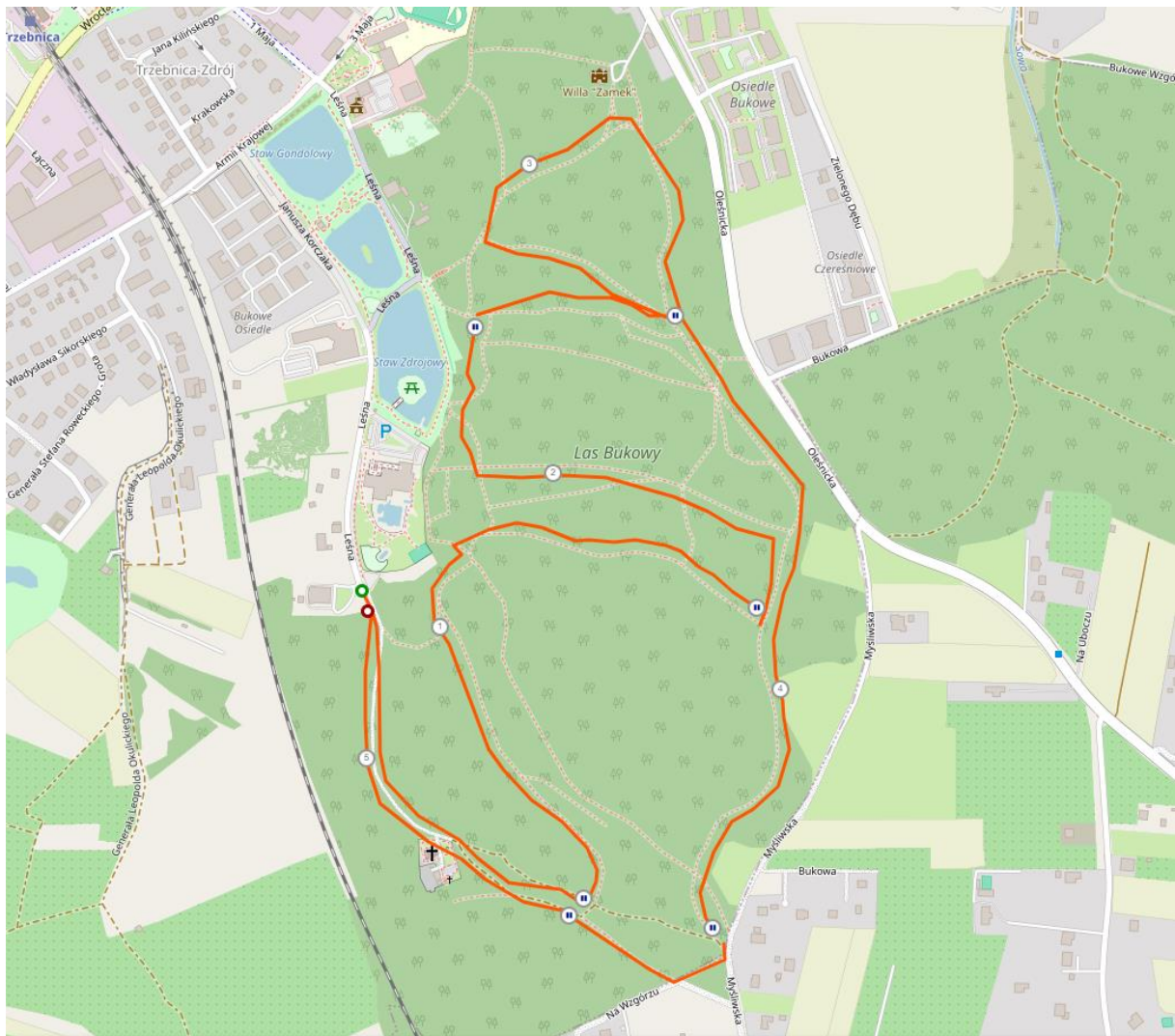
**Etap 4/4 – 24 listopada 2024 r. – START: 10:30**

Organizator w uzasadnionych przypadkach zastrzega sobie prawo do zmiany terminu oraz godziny. Jednak poinformuje o tym minimum 7 dni przed biegiem.

### 3. TRASA / DYSTANS

I. Trasa biegu prowadzi w całości po ścieżkach lesie bukowym.

II. Dystans biegu wynosi 5 km ( przewyższenie ok 170m )



### 4. Zasady uczestnictwa

- W biegu mogą uczestniczyć osoby, które ukończyły 16 lat.
- Każdy uczestnik zobowiązany jest do zapoznania się z regulaminem i przestrzegania jego zasad.

### 5. Zapisy i opłaty:

<https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=9138>

Zgłosić online można się tylko przed 1 etapem lub w dniu biegu, przed każdym etapem w biurze organizatora w godzinach 9:00 – 10:15

Osoby zapisane w 1. Etapie nie muszą się zapisywać na kolejne. Zapisać się na etap: 2,3,4 można tylko na miejscu, przed startem w dniu biegu w biurze zawodów.

## **Opłaty:**

Etap 1/4 – 3 marca 2024 r. – **30 zł**

Etap 2/4 – 9 czerwca 2024 r. – **30 zł**

Etap 3/4 - 15 września 2024 r. – **30 zł**

Etap 4/4 – 24 listopada 2024 r. – **30 zł**

## **6. Pakiety startowe:**

W ramach pakietu startowego Organizator zapewnia:

- a) start w zawodach, elektroniczny pomiar czasu oraz obsługę trasy;
- b) numer startowy wraz z chipem do pomiaru czasu;
- c) napoje i poczęstunek po każdym etapie;
- d) obsługę sędziowską;
- e) medale i nagrody na koniec całego cyklu zg. Z regulaminem;

## **7. Bezpieczeństwo i zdrowie:**

- Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i na mecie.

## **8. Kategorie wiekowe, Nagrody:**

- warunkiem sklasyfikowania w klasyfikacji końcowej jest udział w **3 z 4 biegów**

## **KATEGORIA OPEN:**

I-III MĘŻCZYŹNI (statuetki + nagrody rzeczowe) I-III KOBIECY (statuetki + nagrody rzeczowe)

- punkty w klasyfikacji OPEN: przyznawane będą za miejsca zajęte w poszczególnych biegach według systemu:

- 1 miejsce – 1 punkt, 2 miejsce – 2 punkty ..... 101 miejsce – 101 punktów itd.

- zwycięzcą zostaje zawodnik, który uzbiera najmniejszą liczbę punktów, uwzględniając wyniki z trzech najlepszych startów;

- w przypadku zdobycia przez zawodników takiej samej liczby punktów o zajęтым miejscu decyduje:

- wynik bezpośredniej rywalizacji pomiędzy zawodnikami,
- najlepszy czas z bieżącej edycji w rywalizacji pomiędzy zawodnikami,

## **KATEGORIE WIEKOWE:**

I-III M16 (16-19) (statuetki)

I-III K16 (16-19) (statuetki)

I-III M20 (20-29 lat) (statuetki)

I-III K20 (20-29 lat) (statuetki)

I-III M30 (30-39 lat) (statuetki)

I-III K30 (30-39 lat) (statuetki)

I-III M40 (40-49 lat) (statuetki)

I-III K40 (40-49 lat) (statuetki)

I-III M50 (50-59 lat) (statuetki)

I-III K50 (50-59 lat) (statuetki)

I-III M60 (60-69 lat) (statuetki)

I-III K60 (60 lat - i więcej) (statuetki)

I-III M70 (70 lat i więcej) (statuetki)

**- punkty w klasyfikacji wiekowej: przyznawane będą za miejsca zajęte w poszczególnych biegach według systemu:**

- **1 miejsce – 1 punkt, 2 miejsce – 2 punkty ..... 101 miejsce – 101 punktów itd.**

**- zwycięzcą zostaje zawodnik, który uzbiera najmniejszą liczbę punktów, uwzględniając wyniki z trzech najlepszych startów;**

**- w przypadku zdobycia przez zawodników takiej samej liczby punktów o zajętym miejscu decyduje:**

- **wynik bezpośredniej rywalizacji pomiędzy zawodnikami,**
- **najlepszy czas z bieżącej edycji w rywalizacji pomiędzy zawodnikami,**

## **GMINA TRZEBNICA:**

I-III MĘŻCZYŹNI (statuetki + nagrody rzeczowe)

I-III KOBIETY (statuetki + nagrody rzeczowe)

**- punkty w klasyfikacji : przyznawane będą za miejsca zajęte w poszczególnych biegach według systemu:**

- **1 miejsce – 1 punkt, 2 miejsce – 2 punkty ..... 101 miejsce – 101 punktów itd.**

**- zwycięzcą zostaje zawodnik, który uzbiera najmniejszą liczbę punktów, uwzględniając wyniki z trzech najlepszych startów;**

**- w przypadku zdobycia przez zawodników takiej samej liczby punktów o zajętym miejscu decyduje:**

- **wynik bezpośredniej rywalizacji pomiędzy zawodnikami,**
- **najlepszy czas z bieżącej edycji w rywalizacji pomiędzy zawodnikami,**

## **KLASYFIKACJA DRUŻYNOWA:**

### **I-III DRUŻYNY (puchary)**

*(drużyna powinna składać się z minimum 5 osób, w której znajdują się co najmniej 1 kobieta. Drużyna może liczyć więcej osób, jednak uwzględnione będą czasy najlepszych 5 osób. W uwzględnieniu punktów w klasyfikacji końcowej 5 osób musi się znaleźć min. 1 kobieta (np. 4 najlepszych zawodników i 1 najlepsza zawodniczka), wtedy czasy najlepszej 5-tki są sumowane. Każdy uczestnik z drużyny aby zostać sklasyfikowanym musi wypełnić w formularzu zgłoszeń taką samą nazwę swojej drużyny)*

**- zwycięzcą zostaje Drużyna, która zbiera najmniejszą liczbę punktów ( po zsumowaniu ), uwzględniając wyniki 5 osób z trzech najlepszych startów;**

**- w przypadku zdobycia przez Drużynę takiej samej liczby punktów o zajęтым miejscu decyduje:**

- **wyższe miejsce najszybszej kobiety z bieżącej edycji**

Nagrody w kategoriach **WIEKOWYCH i OPEN** nie dublują się

Nagrody fundują organizatorzy i sponsorzy.

### **10. Pomiar czasu:**

**Elektroniczny pomiar czasu** na każdym etapie, na podstawie numeru startowego, który należy zwrócić po każdym biegu - etapie!

### **12. Kontakt:**

- W sprawach związanych z biegiem prosimy o kontakt pod adresem [adres e-mail] lub telefonicznie [numer telefonu].

### **13. Postanowienia końcowe:**

Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

Biegiem kieruje organizator, który decyduje w sprawach organizacyjnych, bezpieczeństwa i porządku oraz w sprawach spornych.

Dostarczone przez organizatora numery startowe należy umieścić z przodu na odzieży wierzchniej, po każdym biegu, etapie numer startowy należy zwrócić. Numery na pamiątkę otrzyma każdy uczestnik po ostatnim etapie.

Organizator na każdym etapie przewiduje dla wszystkich uczestników posiłek regeneracyjny.

Organizator nie odpowiada za rzeczy zagubione lub pozostawione przez zawodników.

Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu,

O sprawach nie objętych regulaminem decyduje Organizator.