



REGULAMIN I MARGONIN ICE RUN 18.03.2023

1. CEL IMPREZY:

Promocja Północnej Wielkopolski, regionu turystycznego, walorów przyrodniczych Gminy Margonin. Popularyzowanie biegania jako formy aktywności fizycznej, zdrowego trybu życia oraz hartowania organizmu w niskich temperaturach.

2. ORGANIZATOR:

Miejsko – Gminny Ośrodek Kultury w Margoninie, ul. Powstańców Wielkopolskich 15, 64-830 Margonin

3. BIURO ZAWODÓW:

Biuro biegu będzie się znajdowało:

- w dniu **18.02.2023 r., od godz. 10:00**, przy miasteczku startowym, Klotyldzin 9, 64-830 Margonin.

4. TERMIN, MIEJSCE, TRASA:

Bieg MARGONIN ICE RUN odbędzie się **18.03.2023 roku o godz. 12:00** na dystansie **5 km**.

Trasa będzie przebiegała po duktach i ścieżkach leśnych oraz po kostce brukowej i będzie oznaczona przez organizatora.

Start Biegu MARGONIN ICE RUN odbędzie się na drodze przyległej do Alpakolandu, Klotyldzin 9, 64-830 Margonin. W tym samym miejscu znajduje się meta.

Limit czasu wynosi 60 minut dla dystansu 5km.

5. WARUNKI UCZESTNICTWA:

Warunkiem uczestnictwa jest ukończenie 18 roku życia do dnia 18.03.2023r. Uczestnicy startują w biegu jedynie w:

- mężczyźni, szortach i minimalnym zakryciu tułowia,
- kobiety, dopuszcza się udział w koszulkach z krótkim rękawem oraz spodnie ¾.

W przypadku szczególnie niesprzyjających warunków atmosferycznych, organizator może wymagać od startujących pełnego ubioru. Decyzję o tym czy warunki atmosferyczne są odpowiednie podejmuje organizator. Zaleca się udział w odpowiednim obuwiu do biegu.

Zgłaszający się do biegu uczestnicy oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność oraz, że nie występują przeciwwskazania lekarskie i medyczne do udziału w Biegu MARGONIN ICE RUN, tj.: biegu w terenie leśnym, w zimie, przy niskiej temperaturze otoczenia i w minimalnej ilości odzieży,

czego potwierdzeniem będzie przedstawienie zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w Biegu MARGONIN ICE RUN lub podpisanie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu.

Wszyscy startujący muszą zostać zweryfikowani, przedstawić zaświadczenie lekarskie lub popisać oświadczenie o zdolności do udziału w biegu i odebrać numery startowe.

Weryfikacja osobowa będzie przebiegała na podstawie dokumentu tożsamości ze zdjęciem.

6. ZGŁOSZENIA I OPŁATY:

Zapisy na Bieg zostaną uruchomione **od dnia 01.03.2023r., od godz. 12:00**, tylko poprzez **formularz internetowy dostępny na stronie organizatora**.



Regulamin I Margonin ICE RUN
28.02.2023 r.

Zgłoszenia do Biegu MARGONIN ICE RUN będą przyjmowane **do dnia 14.03.2023 r. godz. 23:59 lub wyczerpania limitu miejsc.**

Opłata startowa możliwa będzie **18.03.2023 r.** (dzień biegu) **w godzinach od 10:00 do 11:45** w wyznaczonym miejscu na terenie miasteczka startowego.

Wpisowe dla zawodników wynosi 20 zł. Zebrana kwota przekazana zostanie na cel charytatywny.

7. Limit uczestników:

75 osób

KLASYFIKACJE:

Prowadzone będą klasyfikacje generalne kobiet i mężczyzn.

Za zgłoszenie uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie **do 14.03.2023 r. godz. 23:59.**

Brak opłaty startowej w wyznaczonym terminie i godzinach spowoduje usunięcie zgłoszenia.

Uczestnik startujący w Biegu MARGONIN ICE RUN wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji Biegu, a także przetwarzania swoich danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów.

RAMOWY POGRAM IMPREZY

10:00 – otwarcie biura zawodów

11:45 – wspólna rozgrzewka

12:00 – początek biegu

13:00 – zamknięcie limitu czasu

13:15 – dekoracja zwycięzców, ciepły poczęstunek

Organizator zapewnia :

- elektroniczny pomiar czasu,
- posiłek regeneracyjny dla zawodników po ukończeniu biegu,
- zabezpieczenie medyczne,
- oznakowanie i zabezpieczenie trasy biegu,
- symboliczne nagrody za pierwsze trzy miejsca w kategoriach: kobieta/mężczyzna uzależnione od pozyskanych sponsorów,

Dane kontaktowe do organizatora

Tel.: +48 67 2846 119, 607 581 100

Mail: biuro@kulturalnymargonin.pl

FB: www.facebook.com/ICERUN.Margonin