

I Bieg i Marsz Mikołajkowy

Regulamin biegu i marszu NW

I. Organizator:

Aktywny Wiąg- Angelika Śląska

Partnerzy:

Koło Gospodyń Wiejskich w Wiągu " Nadwiślanki"

Aktywnie Zakręcenii

Has Nadruki Sylwia Horakowska

Has Andrzej Horakowski

II. Cel:

- 1. Zachęcanie społeczeństwa do dbałości o własne ciało i zdrowie przez cały rok, bez względu na pogodę.*
- 2. Integrowanie rodzin poprzez sport i wszelką aktywność fizyczną.*

III. Termin i miejsce:

- 1. 07.12.2019 roku - Wiąg*
- 2. Biuro zawodów: Świetlica wiejska w Wiągu przy OSP*
- 3. Start biegu nastąpi o 11:00*

Start marszu nordic walking 11:05

IV. Trasa biegu, marszu i pomiar czasu

- 1. Dystans: Bieg 10Km Marsz 5Km*

Nawierzchnia asfalt i droga bez atestu

2. Pomiar czasu elektroniczny za pomocą systemu chip

V. Zasada uczestnictwa i weryfikacja:

1. W biegu i marszu na dystansie 10km/5km może wziąć udział osoba, która ukończyła 18 lat

2. Limit uczestników biegu wynosi 200 osób

Limit uczestników marszu wynosi 100 osób

3. Warunkiem dopuszczenia zawodników do biegu/marszu będzie własnoręczne podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w biegu i marszu, które będzie dostępne w biurze zawodów na drukach Organizatorów.

4. Każdy uczestnik wypełniając zgłoszenie tym samym oświadcza, że zapoznał się w pełni z regulaminem, a jego stan zdrowia jest mu znany i pozwala na udział w niniejszym biegu i marszu.

5. Każdy zawodnik zobowiązany jest wziąć udział w biegu w czapce mikołaja.

6. Dla uczestników przebranych w stroje świąteczne na mecie specjalne nagrody!

7. Wszyscy uczestnicy startujący w biegu muszą zostać zwerfikowani w biurze zawodów :

Adres Biura Zawodów: Wiąg Świetlica Wiejska

07.12.2019r.(sobota) – 08:00 – 10:30

8. Podczas biegu wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przymocowane poziomo do przedniej części koszulki lub innej odzieży> Numer startowy musi być widoczny przez cały czas trwania biegu/marszu.

9. Organizator zapewnia obsługę medyczną na starcie , trasie i mecie podczas trwania biegu/marszu

VI Zgłoszenia:

1. Zgłoszenia online będą przyjmowane poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej Aktywny Wiąg

2. Po zamknięciu zgłoszeń online zapisanie się do biegu będzie możliwe wyłącznie osobiście w Biurze Zawodów pod warunkiem dostępności miejsc czego Organizator nie gwarantuje.

3. Po wyczerpaniu się limitu wcześniej zapisy zostaną zamknięte i nie będzie możliwości dodatkowych zgłoszeń

VII Opłata Startowa:

1. Od 25.09.2019 – 15.11.2019r koszt 40zł

16.11.2019 -01.12.2019r koszt 50zł

2. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu/marszu otrzymuje PAKIET STARTOWY

- czapkę mikołaja*
- numer startowy*
- pomiar elektroniczny -chip*
- specjalne nagrody dla przebranych biegacz/kijkarzy wręczone na mecie*
- unikatowy stalowy medal po biegu*
- baton, owoc w pakiecie – woda po biegu*
- posiłek regeneracyjny*

- herbata
- kupon na losowanie nagród
- opieka medyczna podczas trwania zawodów
- profesjonalną organizację i zabezpieczenie wydarzenia

VIII Klasyfikacje i nagrody:

1. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończyli bieg/marsz otrzymają na mecie pamiątkowe medale
2. Zdobywcy miejsc I- III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn otrzymują nagrody rzeczowe – puchar
3. Najpiękniejszy strój / przebranie świąteczne wśród osób startujących nagrody
4. Wśród wszystkich startujących zostaną rozlosowane nagrody rzeczowe
5. Wśród kibiców zostanie przyznana nagroda specjalna dla grupy najlepiej dopingującej zawodników.

IX Postanowienie Końowe:

1. Na terenie biegu/marszu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz środków alkoholowych
2. Organizator nie ubezpiecza uczestników od NNW

UWAGA !!! W dniu biegu ruch będzie ograniczony,
wjazd do miejscowości będzie możliwy tylko od strony Czapel.

Wszelkie informacje pod nr tel. 605594311

Opłaty startowej należy dokonać na konto Aktywny Wiąg

Bank Zachodni WBK w Świeciu

19 1500 1360 1013 6019 6744 0000

Tytuł przelewu: Opłata startowa – imię i nazwisko