

# Biało-czerwona

## VII. Siemiatycka Wieczorna „Dycha”

### REGULAMIN

#### 1. ORGANIZATORZY BIEGU:

- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Siemiatyczach, ul. Nadrzeczna 29, 17-300 Siemiatycze, tel. 85 656 10 44, fax 85 655 26 65, e-mail: mosir\_siemiatycze@siemiatycze.eu
- Lekkoatletyczny Klub Sportowy „Sprinter” Siemiatycze
- Powiatowe Zrzeszenie LZS w Siemiatyczach

#### 2. CEL IMPREZY:

- upowszechnienie masowego biegania,
- propagowanie zdrowego trybu życia,
- promocja miasta i powiatu,
- zachęcenie do uprawiania sportu,
- wdrażanie do systematycznego stosowania ćwiczeń podnoszących tężyznę fizyczną, kształtujących prawidłową postawę,
- rozwijanie motywacji do podejmowania samodzielnych działań na rzecz harmonijnego rozwoju fizycznego,
- popularyzacja biegów jako formy rekreacji ruchowej
- upamiętnienie setnej rocznicy odzyskania niepodległości przez Polskę.

#### 3. MIEJSCE:

Start i meta – ul. Nadrzeczna 29 w Siemiatyczach.

#### 4. BIURO BIEGU:

Biuro MOSiR Siemiatycze, ul. Nadrzeczna 29, 17-300 Siemiatycze

#### 5. TERMIN:

2 czerwca 2018, start do biegu kobiet i mężczyzn o godz. 18:00

#### 6. TRASA:

- start do biegu nastąpi w dniu 2 czerwca 2018 r. (sobota) o godzinie 18:00 przy parkingu na ul. Nadrzeczej 29 w Siemiatyczach.
- 10 km – mężczyzn, 10 km – kobiet, nawierzchnia asfaltowa ulicami miasta, /trasa posiada atest PZLA/

Dodatkowo rozegrane zostaną biegi:

- 5 km – mężczyzn, 5 km – kobiet, nawierzchnia asfaltowa ulicami miasta
- bieg dla dzieci – 400 m – nawierzchnia żużlowa, startują dzieci oraz dzieci z rodzicami

#### 7. UDZIAŁ:

Uczestnikami biegów głównych na 10 km mogą być osoby, które mają ukończone 18 lat, oraz które przedstawiają zaświadczenie lekarskie lub podpisane oświadczenie o zdolności do uczestnictwa w biegu.

Uczestnikami biegu na 5 km mogą być osoby, które mają ukończone 16 lat oraz które przedstawią zaświadczenie lekarskie lub podpisane przez rodziców lub opiekunów prawnych oświadczenie o zdolności do uczestnictwa w biegu.

Uczestnikami biegu na 400 m mogą być dzieci w każdym wieku pod warunkiem przedłożenia pisemnej zgody rodzica lub opiekunów na start oraz dzieci wraz z rodzicami.

Oświadczenie wraz z drukiem zgłoszenia pobrać można ze strony:

[www.mosir-siemiatycze.info](http://www.mosir-siemiatycze.info) lub bezpośrednio przed zawodami w biurze biegu.

## 8. ZGŁOSZENIA:

Imienne zgłoszenia elektroniczne po wypełnieniu formularza na stronie

[www.maratonympolskie.pl](http://www.maratonympolskie.pl) lub osobiście w dniu zawodów. Bezpośredni link do zapisów

elektronicznych: <http://www.e-gepard.eu/pl/show-contest/489>

Druk zgłoszenia dostępny będzie także w biurze zawodów. Zgłoszenia osobiste w dniu zawodów przyjmowane będą od godz. 15:30 do godz. 17:30. Weryfikacja i wydawanie numerów startowych odbędzie się w biurze zawodów. Decyduje kolejność zgłoszeń. Maksymalna ilość uczestników biegu głównego na 10 km – 150 osób.

Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty.

## 9. OPŁATA WPISOWA:

Wpisowe do zawodów do dnia 31 maja 2018 wynosi 40 zł (słownie złotych: czterdzieści 00/100). Po tym terminie nie ma możliwości zgłoszenia się do zawodów w formie elektronicznej. Zgłoszenia dokonać będzie można w dniu imprezy w biurze zawodów i wpisowe wynosić będzie 80 zł (słownie złotych: osiemdziesiąt 00/100).

Wpisowe dla mieszkańców powiatu siemiatyckiego do dnia 31 maja 2018 wynosi 20 zł (słownie złotych: dwadzieścia 00/100). Po tym terminie nie ma możliwości zgłoszenia się do zawodów w formie elektronicznej. Zgłoszenia dokonać będzie można wyłącznie w dniu imprezy w biurze zawodów i wpisowe wynosić będzie 50 zł (słownie złotych: pięćdziesiąt 00/100).

Wpisowe do biegu na 5 km do dnia 31 maja 2018 wynosi 20 zł (słownie złotych: dwadzieścia 00/100). Po tym terminie nie ma możliwości zgłoszenia się do zawodów w formie elektronicznej. Zgłoszenia dokonać będzie można wyłącznie w dniu imprezy w biurze zawodów i wpisowe wynosić będzie 40 zł (słownie złotych: czterdzieści 00/100).

Wpłaty wpisowego można dokonać online (z profilu rejestracyjnego) za pośrednictwem serwisu do rejestracji elektronicznej <http://www.e-gepard.eu/pl/show-contest/489>, do dnia 31 maja 2018 roku lub przelewem na konto: Lekkoatletyczny Klub Sportowy „Sprinter” Siemiatycze, ul. Nadrzeczna 29, 17-300 Siemiatycze. Numer konta nr: 48 8092 0001 0004 7047 2000 0010 **z dopiskiem VII. Siemiatycka Wieczorna Dycha**. Wpisowe nie podlega zwrotowi.

Startujący w kategoriach wiekowych: M65 i M70+ oraz K 60+, mężczyźni w wieku 65+ oraz kobiety 60+ w biegu na 5 km, a także w biegu na dla dzieci nie ponoszą opłaty wpisowej do zawodów.

## 10. KLASYFIKACJE:

VII. Siemiatycka Wieczorna Dycha

- Generalna mężczyzn:

oraz kategorie wiekowe mężczyzn:

- M20 kategoria wiekowa od 18 do 29 lat
  - M30 kategoria wiekowa od 30 do 39 lat
  - M40 kategoria wiekowa od 40 do 49 lat
  - M50 kategoria wiekowa od 50 do 59 lat
  - M60 kategoria wiekowa od 60 do 64 lat
  - M65 kategoria wiekowa od 65 do 69 lat
  - M70+ kategoria wiekowa 70 lat i starsi
  - Generalna kobiet,
- i kategorie wiekowe kobiet:
- K20 kategoria wiekowa od 18 do 29 lat
  - K30 kategoria wiekowa od 30 do 39 lat
  - K40 kategoria wiekowa od 40 do 59 lat
  - K60+ kategoria wiekowa 60 lat i starsze

#### W biegu na 5 km:

- generalna mężczyzn
- generalna kobiet

### 11. NAGRODY:

- W biegu głównym mężczyzn nagrody pieniężne:

- I. miejsce - 450 zł
- II. miejsce – 300 zł
- III. miejsce – 200 zł
- IV. miejsce – 150 zł
- V. miejsce – 100 zł
- VI. miejsce – 50 zł

- W biegu głównym kobiet nagrody pieniężne:

- I miejsce - 450 zł
- II miejsce - 300 zł
- III miejsce – 200 zł.
- IV. miejsce – 150 zł
- V. miejsce – 100 zł
- VI. miejsce – 50 zł

- Puchary za I – III miejsce w klasyfikacjach generalnych i wiekowych.
- Puchary dla najlepszego zawodnika i zawodniczki z powiatu siemiatyckiego.
- Pamiątkowe medale dla wszystkich uczestników biegów
- Pełen pakiet startowy dla pierwszych 150 osób, które opłaciły wpisowe.

W biegu na 5 km puchary za miejsca 1-3 w klasyfikacjach generalnych kobiet i mężczyzn, brak nagród finansowych!!!

W biegu dla dzieci (400 m): niespodzianki

Wśród uczestników zawodów rozlosowane również zostaną nagrody rzeczowe.

Nagrody z klasyfikacji generalnej nie dublują się z nagrodami w klasyfikacjach wiekowych.

### 12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- Organizator zapewnia opiekę medyczną w trakcie biegu
- Wodę na trasie i po zakończeniu biegu
- Elektroniczny pomiar czasu
- Ciepły posiłek po zakończeniu biegu (grill lub ognisko)
- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe otrzymane od organizatora i przymocowane do koszulek na piersiach,
- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę,

- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu, wynikające z winy uczestników.
- Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia kontroli antydopingowej.
- Interpretacja regulaminu należy do organizatorów.