

## REGULAMIN –zawody biegowe „Nadbużański Cross”

### I. ORGANIZATOR:

Organizatorami są: ULKS Sarnaki, Gminna Biblioteka Publiczna w Sarnakach, Gaz System, Nadleśnictwo Sarnaki

### II. CEL:

Upowszechnianie biegania jako najprostszej formy ruchu.  
Promocja aktywności fizycznej.  
Promocja terenów Nadbużańskich.  
Popularyzacja biegania wśród społeczności wiejskiej.  
Integracja społeczności lokalnej podczas wspólnej obsługi zadania oraz kibicowania zawodnikom.

### III. TERMIN I MIEJSCE:

Bieg odbędzie się w dniu 30 września 2018 r..

Start - starorzecze „Trojan”.

Meta – GAZ SYSTEM Hołowczyce, Klepaczew 45, tam też będzie mieściło się biuro zawodów.

Pomiar czasu zostanie wykonany za pomocą elektronicznych chipów bezwrotnych umieszczonych w numerach startowych.

Zawodników obowiązuje limit czasu: bieg 2 godz. Nordic walking 3 godz.

Harmonogram imprezy:

29 września - biuro zawodów czynne w godz. 18.00 – 20.00

30 września

– 9.00 otwarcie biura zawodów

– 11.15 zakończenie zapisów i odbioru pakietów startowych

– 11.30 przejazd zawodników na Start

– 12.00 start biegu

– 12.05 start zawodników nordic walking

– 15.30 dekoracja

– 16.00 zakończenie zawodów

### IV. ZASADY UCZESTNICTWA:

W biegu może wziąć udział osoba, która najpóźniej w dniu rozgrywania imprezy ukończyła 16 lat.

Osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w imprezie tylko za pisemną zgodą opiekuna prawnego.

W konkurencji nordic walking nie ma ograniczeń wiekowych.

Limit uczestników w i nordic walking wynosi łącznie 150 osób. Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wyczerpania się limitu zgłoszeń.

Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów, w tym celu muszą posiadać dokument ze zdjęciem.

Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu i marszu będzie własnoręczne podpisane oświadczenie o braku przeciwwskazań do uczestnictwa, które będzie dostępne w Biurze Zawodów.

Decyzje obsługi medycznej, co do kontynuowania biegu są ostateczne i niezmiennie.

### V. ZGŁOSZENIA:

Formularz zgłoszeniowy będzie dostępny na stronie internetowej ULKS Sarnaki oraz w Biurze Zawodów.

Zgłoszenia on-line będą przyjmowane do dnia 28 września i w Biurze Zawodów.

Opłata startowa za udział w zawodach wynosi 40 zł

Opłatę należy uiścić postępując według wskazówek podanych w formularzu rejestracyjnym.

W przypadku zapisu w Biurze Zawodów, opłatę należy uiścić gotówką.

Każdy uczestnik jest zobowiązany do wniesienia opłaty startowej w ciągu 7 dni od momentu dokonania zgłoszenia. W przeciwnym wypadku jego zgłoszenie zostanie anulowane.

W przypadku opłat startowych wniesionych na konto Organizatora po 23 września 2018 konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w Biurze Zawodów dowodu wpłaty w formie wydruku.

Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Nie ma możliwości przeniesienia raz wniesionej opłaty na innego uczestnika.

W ramach opłaty startowej każdy uczestnik otrzymuje:

- numer startowy wraz z czterema agrałkami,
- elektroniczny pomiar czasu,
- wodę niegazowaną oraz napój izotoniczny,
- koszulkę techniczną,
- kupon na posiłek,
- pamiątkowy medal na mecie za ukończenie biegu.

Organizator przewidział następujące kategorie wiekowe:

## VI. NAGRODY

## VII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, na wysokości klatki piersiowej pod karą dyskwalifikacji!

Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie biegu.

Po zakończeniu zawodów odbędzie się ognisko integracyjne.

Organizator nie zapewnia Uczestnikom zawodów grupowego ubezpieczenia NNW. Uczestnicy biorą na siebie odpowiedzialność za indywidualne ubezpieczenie NNW i nie będą wnosić wobec Organizatora o żadne zadośćuczynienie za ewentualny uraz lub uszczerbek na zdrowiu podczas biegu.

Organizator przewiduje możliwość przeprowadzenia kontroli antydopingowej wśród zawodników.

Organizator zapewnia depozyt, szatnie i prysznice.

Organizator nie odpowiada za rzeczy zgubione w trakcie imprezy.

Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.

W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

Dyrektorem zawodów jest Wojciech Szymański. Pytania odnośnie biegu proszę kierować na e-mail: wojtekhetman@op.pl lub tel. 504-297-792.

Zwodnicy biorący udział w zawodach są zobowiązani zachować szczególną ostrożność na trasie biegu.

Organizator zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie do 7 dni przed imprezą.