



**REGULAMIN
BIEGU PRZEŁAJOWEGO
100 LECIA ODZYSKANIA NIEPODLEGŁOŚCI
na trasie „PARYŻ – OJRZEŃ – KRAKÓW”
w ramach
XXXIII GRAND PRIX W BIEGACH ZIEMI CIECHANOWSKIEJ
pod patronatem
Krzysztofa Kosińskiego – Prezydenta Miasta Ciechanowa
Zdzisława Mierzejewskiego – Wójta Gminy Ojrzeń
Marzeny Józefy Ślubowskiej – Wójta Gminy Sońsk**

02. 06. 2018 r.

I. Cel imprezy

- Popularyzacja biegów masowych na Mazowszu jako ogólnodostępnej formy rekreacji i upowszechnianie biegania
- Promocja Powiatu i Miasta Ciechanów oraz Gmin: Ojrzeń, Sońsk, Grudusk
- Poznanie walorów turystyczno-historycznych Północnego Mazowsza
- Integracja środowisk (mieszkańców powiatu, miasta oraz gmin)
- Realizacja kalendarza imprez

II. Organizator

Miejskie Ognisko TKKF „Promyk” w Ciechanowie **przy współpracy z:**

- Urząd Miasta Ciechanów
- Urząd Gminy Ojrzeń
- Urząd Gminy Sońsk
- Szkoła Podstawowa w Kraszewie
- Nadleśnictwo Ciechanów
- Straże OSP z Gminy Ojrzeń
- Straże OSP z Gminy Sońsk

III. Termin i miejsce, dystans i charakterystyka trasy

ZBIÓRKA – boisko szkoły w Kraszewie

START - 2 czerwca (sobota) 2018 r. godz. 11.00 – las - okolice Kraszewa 5km/10km.

META - las - okolice Kraszewa.

Trasa przebiega przez las w okolicach Kraszewa, dukty leśne. Teren zróżnicowany

Trasa nie posiada atestu PZLA.

Wyjazd autokaru z zawodnikami na start **o godz. 10.30**

PROGRAM MINUTOWY

10.30 WYJAZD AUTOKARÓW NA LINIĘ STARTU

11.00 START OSTRY

11.18 SPODZIEWANY 1 ZAWODNIK NA MECIE (5km)

11.35 SPODZIEWANY 1 ZAWODNIK NA MECIE (10km)

12.15 WRĘCZENIE NAGRÓD

Biegi towarzyszące

1. Bieg malucha – 100m start godzina 8.45 (dzieci w wieku przedszkolnym)

2. Bieg dla dzieci – 400 m, start godzina 9.00 (dzieci ze szkół podstawowych)

3. Bieg dla młodzieży – 800 m start godzina 9.15 (młodzież z gimnazjum)

IV Pomiar czasu

Pomiar czasu będzie wykonywany ręcznie

V. Zapisy

Za skuteczną rejestrację uważa się prawidłowe wypełnienie formularza na stronie www.protimer.pl/bio/index.php/463 do dnia 31.05.2018 r. i uregulowania opłaty startowej. Po tym terminie jedynie w biurze zawodów w dniu 02.06.2018 r.

Biuro zawodów czynne będzie od godz. 8.00 do godz. 10.30 na terenie Szkoły Podstawowej w Kraszewie.

Zapisy dzieci i młodzieży dokonuje szkoła(organizacja zgłaszająca) przesyłając listę dzieci i młodzieży na maila: tkkfpromykwp@op.pl

VI. Wpisowe

Opłata startowa do Biegu przełajowego (10km) wynosi:

I termin do 31 maja 2018r. - 20 zł. (I termin przyjmowania zapisów drogą elektroniczną oraz termin wnoszenia opłat w na konto upływa w dniu 31 maja 2018r.)

II termin – zapisy i opłaty będą również przyjmowane w dniu biegu w biurze zawodów tj. w dniu 2 czerwca 2018 r. - 30 zł.

Opłata startowa do Biegu przełajowego (5km) wynosi:

I termin do 31 maja 2018r. - 10 zł. (I termin przyjmowania zapisów drogą elektroniczną oraz termin wnoszenia opłat w na konto upływa w dniu 31 maja 2018r.)

II termin – zapisy i opłaty będą również przyjmowane w dniu biegu w biurze zawodów tj. w dniu 2 czerwca 2018 r. - 20 zł.

Opłatę startową należy wpłacić na konto:

Bank Spółdzielczy w Ciechanowie Nr 84 8213 0008 2001 0013 9407 0001

z dopiskiem „Wpłata na cele statutowe” Decyduje data wpływu środków na konto organizatora.

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

Dzieci i młodzież szkolna nie wnoszą opłat startowych

W ramach opłaty startowej uczestnicy otrzymują: okolicznościowy medal, nr startowy, agrałki, posiłek regeneracyjny, napoje na mecie.

VII. Warunki uczestnictwa

W biegach na 5km oraz 10km mogą wziąć udział osoby, które do dnia 2 czerwca 2018 r. ukończyły 16 lat. Każdy uczestnik przed rozpoczęciem biegu zobowiązany jest do okazania dowodu osobistego lub legitymacji szkolnej w celu weryfikacji oraz wypełnienia i podpisania stosownego oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu.

Osoby niepełnoletnie, zobowiązane są również do przedłożenia Organizatorowi pisemnej zgody rodzica lub opiekuna prawnego do wzięcia udziału w biegu. Na miejscu zawodów Organizator nie będzie przeprowadzać badań lekarskich.

VIII. Numer startowy

- Każdy uczestnik przed pierwszym swoim startem w zawodach otrzymuje numer startowy, którym posługiwać się będzie we wszystkich kolejnych biegach.
- Każdy uczestnik ma obowiązek przymocować numer startowy z przodu w sposób widoczny dla organizatorów biegu, zwłaszcza w momencie przekraczania linii mety.
- Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona.
- Zawodnicy bez widocznego numeru startowego zostaną zdyskwalifikowani.
- W przypadku zgubienia numeru zawodnik jest zobowiązany do poinformowania o tym fakcie organizatora biegu (zmiana numeru startowego). Niedostosowanie się do tego zobowiązania będzie skutkowało dyskwalifikacją.
- Start osoby bez numeru startowego nie będzie uwzględniany przez organizatora biegu w klasyfikacji zawodów.

IX. Kategorie

1. Open
2. Kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn
 - K/M 16 – 16-19 lat
 - K/M 20 – 20-29 lat
 - K/M 30 – 30-39 lat
 - K/M 40 – 40-49 lat
 - K/M 50 – 50-59 lat
 - K/M 60 – 60-69 lat
 - K/M 70 – (powyżej 70 lat)

X. Nagrody

Nagradzani będą zawodnicy i zawodniczki z pierwszych trzech miejsc w kategorii open puchary.

XI. Biegowe XXXIII Grand Prix Ziemi Ciechanowskiej

1. Biegowe **XXXIII Grand Prix Ziemi Ciechanowskiej** to cykl pięciu imprez biegowych rozgrywanych na terenie Powiatu Ciechanowskiego
2. Biegi rozgrywane są na różnych dystansach według następującej kolejności
 - Kraszewo, okolice (gmina Ojrzeń) - 10 km/ 5km – 02.06.2018
 - Ciechanów (las Śmieciński) – 10km/4km – 15.07.2018
 - Polanka (gmina Grudusk) – 10km/5km – 26.08.2018
 - Sońsk- 10km/5km – 22.09.2018
 - Ciechanów (las Śmieciński) – 10km/4km – 21.10.2018

3. Każdy bieg traktowany jest jako odrębne zawody i posiada odrębną klasyfikację
4. Dla zawodników przewidziana jest klasyfikacja – **Biegowe XXXIII Grand Prix Ziemi Ciechanowskiej**
5. O kolejności generalnej zawodników decydują punkty z najlepszych czterech edycji biegów.
6. Nagradzani będą zawodnicy i zawodniczki z pierwszych trzech miejsc open oraz w danej kategorii.
7. Dekoracja i wręczenie nagród odbędzie się po zakończeniu ostatniego biegu z cyklu.
8. Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej nie otrzymają nagród rzeczowych w klasyfikacjach wiekowych. Nagrody rzeczowe w kategorii OPEN i kategoriach wiekowych nie „dublują się”

XII. Klasyfikacja generalna

1. Klasyfikacja Generalna **Biegowego XXXIII Grand Prix Ziemi Ciechanowskiej** będzie przeprowadzona na wymienionych w regulaminie kategoriach wiekowych z podziałem na płeć po 5 edycjach.
2. Zwycięzcami zostaną uczestnicy, którzy w najkrótszym czasie pokonają prawidłowo trasę.
3. Punkty zdobyte na pojedynczej edycji ustala się stosując poniższy wzór:

$$W = \frac{CL}{CZ} * 100$$

W – wynik, uzyskana liczba punktów

CL – czas lidera [jednostka sekundy]

CZ – czas zawodnika dla którego liczymy punkty [jednostka sekundy]

100 – mnożnik

4. Do klasyfikacji generalnej będą wliczone punkty zdobyte w nie więcej niż czterech edycjach.
5. W przypadku równej ilości punktów dwóch lub więcej uczestników w klasyfikacji generalnej na koniec sezonu o wyższym miejscu decyduje udział i zajęte miejsce na edycji finałowej lub poprzedniej.

XIII. Postanowienia końcowe

- Bieg będzie prowadzony przy otwartym ruchu kołowym.
- Przejazd z Kraszewa na start ostry zapewnia Organizator
- Szatnie i natryski po biegu mieścić się będą na terenie Szkoły Podstawowej w Kraszewie
- Uczestnicy biegu w trakcie trwania zawodów poruszają się tylko według ściśle określonej trasy biegu.
- Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NW.
- Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność zgodnie z rozporządzeniem ministra edukacji narodowej z dnia 12.09.2001r.
- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Sprawy sporne nie ujęte w **Regulaminie** rozstrzyga Organizator biegu.
- Każdy uczestnik otrzyma numer startowy, który musi być przypięty z przodu, w innym przypadku grozi dyskwalifikacja.
- Odbiór numeru startowego jest równoznaczny z akceptacją regulaminu zawodów.
- Organizator zapewnia wodę na trasie i mecie.
- Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.