



# Regulamin Leśnej Dychy w Centrum Polski 4 września 2021 r.

## 1. Charakterystyka zawodów

Leśna Dycha w Centrum Polski, zwany dalej Biegiem to amatorskie zawody biegowe po wyznaczonej trasie, rozgrywane w centrum Polski, w gminie Piątek (las w Witowie położony około 7 km od Piątku, pomiędzy drogą woj. 702 a autostradą A1). Bieg na 10 km odbędzie się 4 września 2021 r., o godz. 11.00.

## 2. Organizatorzy

- Tempio Piątkowski Klub Biegacza, sekcja: Towarzystwa Miłośników Piątku i Okolic  
e-mail: tempio@o2.pl; FB: <https://www.facebook.com/tempiopiatkowski Klubbiegacza/>  
tel.: 693 439 435
- Ludowy Klub Sportowy Malina Piątek

## 3. Główni Partnerzy

- Towarzystwo Miłośników Piątku i Okolic
- Urząd Gminy Piątek
- Stowarzyszenie Kobiet w Konarzewie

## 4. Cele imprezy

Ideą przewodnią imprezy jest promocja prostej i ciekawej formy aktywności fizycznej jaką jest bieganie.

Cele: zapewnienie uczestnikom rywalizacji i spędzenia w sposób aktywny wolnego czasu; popularyzacja biegów terenowych; promocja walorów turystycznych i rekreacyjnych lasu w Witowie; propagowanie zdrowego trybu życia, sportu, turystyki i rekreacji; integracja biegaczy i kibiców, w tym również społeczności lokalnej.

## 6. Termin i miejsce

Bieg na 10 km odbędzie się 4 września 2021 r. w lesie w Witowie. Biuro zawodów przy starcie/mecie, blisko adresu Konarzew 40A, 99-120 Piątek. Około 6 km od Piątku, 25 km od Zgierza, 26 km od Łęczycy, 27 km od Kutna, 35 km od Łowicza (dokładne mapki lokalizacyjne na fanpage Organizatora). Po zakończeniu rywalizacji, na zawodników będzie tu czekał posiłek regeneracyjny. Tutaj odbędzie się także uroczyste zakończenie imprezy. Parking będzie zlokalizowany w pobliżu biura zawodów (oznaczony w odpowiedni sposób).

## 7. Trasa

Trasa biegowa nie posiada atestu PZLA i zostanie przeprowadzona leśnymi, szerokimi duktami. Podany dystans jest wartością orientacyjną. Faktyczny dystans może się różnić od podanego o +/- 0,1 km. Trasa będzie oznakowana taśmami oraz dodatkowo strzałkami. W newralgicznych miejscach będą stali porządkowi wskazujący trasę zawodnikom. Pierwszą grupę biegaczy poprowadzi również rowerzysta.



tempio



TMPIO

## 8. Klasyfikacja

Na trasie będzie prowadzona klasyfikacja open kobiet i mężczyzn bez kategorii wiekowych. Organizator zastrzega sobie możliwość wprowadzenia dodatkowych kategorii.

## 9. Warunki uczestnictwa

Aby wziąć udział w biegu należy:

- w dniu startu biegu ukończone 16 lat,
- w przypadku osób w wieku 16-18 lat przedstawić w biurze zawodów pisemną zgodę rodzica lub prawnego opiekuna,
- zarejestrować się poprzez dostępny na stronie biegu (Protimer) (do godz. 20.00, 03.09.2021 r.) lub w biurze zawodów przed startem (04.09.2021 r.),
- dokonać opłaty startowej on-line na dole w formularzu zapisów i w wysokości określonych w Regulaminie,
- obowiązuje limit zgłoszeń - **200 najszybciej zarejestrowanych i opłaconych biegaczy**,
- w biurze zawodów przed startem odebrać w wyznaczonym czasie pakiet startowy oraz podpisać oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach i starcie na własną odpowiedzialność

## 10. Opłaty startowe

**1 TERMIN:** wpisowe od 7 lipca 2021 r. do 20 lipca 2021 r. na wyznaczonej przez organizatora podstronie firmy Protimer – **40 zł**

**2 TERMIN:** wpisowe od 21 lipca 2021 r. do 3 września 2021 r. (godz.20.00) na wyznaczonej przez organizatora podstronie firmy Protimer – **50 zł**

W biurze zawodów płatność możliwa tylko gotówką. Organizator nie zwraca wpisowego.

## 11. Program

### Sobota (04.09.2021 r.)

9:50 - rozpoczęcie pracy biura zawodów

**10.50 - koniec pracy biura zawodów**

**11.00 - start biegu na 10 km** (limit dla uczestników na pokonanie trasy biegu to **90 minut**)

12:30 - zakończenie biegu

12.30 - dekoracja zwycięzców Leśnej Dychy w Centrum Polski

## 12. Zasady rywalizacji

- Rywalizacja w biegu polegać będzie na jak najszybszym pokonaniu wyznaczonej trasy przez Zawodników. O miejscu zdecyduje czas brutto podany przez firmę pomiarową (Protimer - chipy w wypożyczonych numerach startowych).
- Obowiązywać będzie start masowy, tzn. wszyscy Uczestnicy startują jednocześnie.
- Zawodnicy zostaną sklasyfikowani jeśli pokonają trasę zgodnie z oznakowaniem.

## 13. Zasady obowiązujące na trasie

- Uczestnicy zobowiązani są do poruszania się z widocznym numerem startowym, możliwym do odczytania przez obsługę zawodów.
- W trakcie zawodów Uczestnicy powinni się poruszać wyłącznie po trasie wyznaczonej przez Organizatora.



tempio



TMPIO

- Zawodnicy muszą przestrzegać zasad sportowego zachowania.
- Wolniejszy zawodnik powinien ustąpić miejsca szybszemu, trzymając się w miarę możliwości prawej strony drogi.
- Zakazane jest niszczenie i zasłanianie oznakowań przebiegu trasy oraz wprowadzanie w błąd innych zawodników co do przebiegu trasy.
- W przypadku zgubienia przez Zawodnika trasy biegu, należy wrócić do miejsca, w którym znajdowały się ostatnio widoczne oznaczenia tą samą drogą i odnaleźć właściwy kierunek biegu.
- Zakazane jest niszczenie środowiska naturalnego, w szczególności: niszczenie roślinności, zakłócanie ciszy, śmiecenie na trasie biegu.
- Wszystkie śmieci powinny być wyrzucane w miejscach do tego wyznaczonych, w tym na punktach odżywczych i na mecie.
- Uczestnicy, którzy nie mogą bądź nie chcą kontynuować zawodów, powinni poinformować o tym fakcie organizatora. Organizator w miarę możliwości będzie mógł zabrać osobę z trasy.
- Osoby, które nie zgłoszą swojego zejścia z trasy, mogą zostać obciążone kosztami nieuzasadnionej akcji poszukiwawczej.

#### **14. Punkty z wodą**

Na trasie biegu znajdować się będzie 1 punkt z wodą (na 5 km trasy). Bufet będzie znajdował się również na mecie zawodów gdzie Uczestnicy będą mogli skorzystać także z ciepłego posiłku regeneracyjnego.

#### **15. Limit czasowy i kary**

Limit czasowy dla zawodników biegu na 10 km wynosi **90 minut**.

Kary czasowe mogą zostać nałożone na Zawodników, którzy nie przestrzegają zasad sportowego zachowania, umyślnie zejdą z wyznaczonej przez Organizatora trasy, nie udzielą pomocy osobie potrzebującej, której zagraża utrata zdrowia lub życia, niszczą środowisko naturalne.

#### **16. Bezpieczeństwo**

- Uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu lub strat materialnych nie będą dochodzić odszkodowania od Organizatora.
- W sytuacji wypadku, Uczestnik jest zobowiązany do udzielenia pomocy poszkodowanemu i w razie potrzeby wezwania pomocy medycznej.
- Na trasie zawodów stacjonować będzie punkt medyczny.
- Uczestników obowiązuje nakaz stosowania się do poleceń służb.

#### **17. Świadczenia**

W ramach wpisowego, zawodnicy otrzymają:

- numer startowy z chipem, pomiar czasu oraz wyniki,
- możliwość skorzystania z punktu z wodą na trasie biegu,
- ciepły posiłek regeneracyjny (ognisko z kiełbaskami) oraz napój izotoniczny na mecie,
- parking dla samochodów,

#### **18. Trofea i nagrody**

Każdy Uczestnik, który ukończy zgodnie z Regulaminem bieg **otrzyma pamiątkowy medal**. Trzy najlepsze Zawodniczki i trzech najlepszych Zawodników na trasie Leśnej Dychy w Centrum Polski



otrzyma nagrody rzeczowe oraz pamiątkowe puchary. O dodatkowych nagrodach organizator poinformuje bliżej biegu.

### **19. Postanowienia końcowe**

- Uczestnik dokonujący rejestracji na bieg, akceptuje warunki niniejszego Regulaminu i wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U.Nr 133, poz.883).
- Uczestnik akceptujący niniejszy Regulamin zgadza się na wykorzystanie swojego wizerunku przez organizatora, media i sponsorów w postaci zdjęć publikowanych na stronach organizatora.
- Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu z powodów niezależnych od niego.
- Organizator zastrzega sobie prawo do interpretacji niniejszego Regulaminu oraz do jego zmian.