



Wstępny regulamin Leśnej Dychy w Centrum Polski 24 września 2017 r.

1. Charakterystyka zawodów

Bieg wokół Silnych Błot w lesie w Witowie, 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, w lesie w Witowie odbędzie się **24 września 2017 r., o godz. 12.00** w gminie Piątek (dane gps. biura zawodów: Witów 1, 99-120 Piątek; Szerokość geograficzna: 52.031528 | Długość geograficzna: 19.530634).

2. Organizatorzy

Tempio Piątkowski Klub Biegacza, sekcja: Towarzystwa Miłośników Piątku i Okolic
e-mail: tempio@o2.pl

FB: <https://www.facebook.com/tempiopiatkowskiklubbiegacza/>

tel.: 693 439 435

- Towarzystwo Miłośników Piątku i Okolic, ul. Pokrzywna 1, 99-120 Piątek, tmpio@outlook.com, <https://www.facebook.com/tmpiooo/?fref=ts>

- Urząd Gminy Piątek, <http://gminapiatek.pl/>

- Stowarzyszenie Lokalna Grupa Działania POLCENTRUM.

3. Cele imprezy

Bieg został zorganizowany w ramach realizacji projektu „Biegiem przez gminę Piątek”. Projekt dofinansowany z programu "Działaj Lokalnie" Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności przy współpracy ze Stowarzyszeniem Lokalna Grupa Działania POLCENTRUM. Ideą przewodnią projektu jest promocja prostej i ciekawej formy aktywności fizycznej jaką jest bieganie. Poprzez współpracę z zainteresowanymi udziałem w projekcie osobami, wspólne treningi, udział w spotkaniach z dietetykiem czy trenerem personalnym chcemy zachęcić młodzież i osoby dorosłe do aktywnego spędzania wolnego czasu. W okresie wakacyjnym w różnych miejscach gminy Piątek odbywały się treningi uczestników. Na początku września odbędzie się spotkanie z dietetykiem oraz trenerem personalnym połączone z treningiem. Miejscem realizacji treningów były miejsca rekreacyjne gminy Piątek. W miejscach takich jak: "trasa biegowa na Łysą Górę" (Piątek – Oreniczki – Orenice – Łęka – Piątek), błonia, stadion klubu sportowego, Park im. Tadeusza Kościuszki, drogi i ścieżki lasu w Witowie z rezerwatem przyrody "Silne Błota" zostały przeprowadzone treningi dla wszystkich zainteresowanych udziałem w projekcie. Finalną imprezą kończącą projekt będzie bieg na różnych dystansach w lesie Witowskim z koronnym dystansem 10 km.

Cele:

- zapewnienie uczestnikom rywalizacji i spędzenia w sposób aktywny wolnego czasu,
- popularyzacja biegów terenowych,
- promocja walorów turystycznych i rekreacyjnych lasu w Witowie,

Projekt dofinansowany z programu "[Działaj Lokalnie](#)" Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności.



- propagowanie zdrowego trybu życia, sportu, turystyki i rekreacji,
- integracja biegaczy i kibiców, w tym również społeczności lokalnej.

4. Termin i miejsce

Bieg na 10 km odbędzie się 24 września 2017 r. w lesie w Witowie. Biuro zawodów będzie się znajdować w przy leśniczówce w Witowie (Szerokość geograficzna: 52.031528 | Długość geograficzna: 19.530634). Około 7 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: <https://www.facebook.com/tempiopiatkowskiklubbiegacza/>). Tutaj odbędzie się rozpoczęcie imprezy, start i meta. 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 odpowiednimi znakami).

5. Trasa

Trasa biegowa nie posiada atestu PZLA i zostanie przeprowadzona leśnymi, szerokimi duktami (5% piasku, 1% asfaltu, reszta utwardzone leśna droga). Podany dystans jest wartością orientacyjną. Faktyczny dystans może się różnić się od podanego o +/- 0,1 km. Trasa będzie oznakowana taśmami oraz dodatkowo strzałkami. W newralgicznych miejscach będą stały służby porządkowe, których zadaniem będzie wskazywanie trasy zawodnikom. Pierwszą grupę biegaczy poprzedzi również rowerzysta prowadzący bieg. Trasa w

6. Klasyfikacja

Na trasie będzie prowadzona klasyfikacja open kobiet i mężczyzn bez kategorii wiekowych.

7. 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 23.09.2017 r.) lub w biurze zawodów przed startem (24.09.2017 r.),
- dokonać opłaty startowej on-line na dole w formularzu zapisów i w wysokości określonych w Regulaminie,
- obowiązuje limit zgłoszeń do biegu i wynosi **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
- stawić się na start o wymaganym czasie,

8. Opłaty startowe

1 TERMIN: wpisowe od 25 sierpnia 2017 r. do 23 września 2017 r. na wyznaczonej przez organizatora podstronie firmy Protimer – **10 zł**

2 TERMIN: w dniu biegu, tj. 24 września 2017 r. – **30 zł**

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



9. Program

Niedziela (24.09.2017 r.)

10:00 - rozpoczęcie pracy biura zawodów

10:30 - oficjalne rozpoczęcie imprezy

10:35 - biegi w kategorii szkół podstawowych i gimnazjalnych na trasie ok. 1 km (rejestracja na miejscu od godz. 10.00)

11.30 - koniec pracy biura zawodów dla uczestników biegu na 10 km

11.45 – wręczenie nagród dla młodszych kategorii wiekowych

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

13:30 - zakończenie biegu na 10 km

13.40 - dekoracja zwycięzców Leśnej Dychy w Centrum Polski

10. Zasady rywalizacji

- Rywalizacja w biegu polegać będzie na jak najszybszym pokonaniu wyznaczonych tras przez Zawodników. O miejscu na poszczególnych trasach i w kategoriach zdecyduje czas pokonania całej trasy, tzn. im krótszy czas tym lepsze miejsce.
- Obowiązywać będzie start masowy, tzn. wszyscy Uczestnicy danej trasy startują jednocześnie. W klasyfikacji obowiązuje czas brutto. Pomiar elektroniczny zapewniony przez firmę Protimer (chipy w wypożyczonych numerach startowych).
- Zawodnicy zostaną sklasyfikowani jeśli pokonają trasę zgodnie z oznakowaniem.

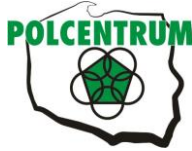
11. Zasady obowiązujące na trasie

- Podczas trwania całych zawodów, zobowiązani są do poruszania się z widocznym numerem startowym, tak by był on w każdej chwili możliwy do odczytania przez obsługę zawodów.
- W trakcie zawodów Uczestnicy powinni się poruszać wyłącznie po trasie wyznaczonej przez Organizatora.
- 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.

12. Punkt z wodą

Na trasie biegu na 10 km znajdować się będzie 1 punkt z wodą (na 5,5 km trasy). Bufet będzie znajdował się również na mecie zawodów.

Projekt dofinansowany z programu "[Działaj Lokalnie](#)" Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności.



Na mecie Uczestnicy będą mogli skorzystać z ciepłego posiłku regeneracyjnego.

13. 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.

Niesklasyfikowani będą Zawodnicy, którzy nie zmieszczą się w wyznaczonym limicie czasowym.

Zdyskwalifikowani zostaną Zawodnicy, którzy złamią w sposób rażący postanowienia Regulaminu.

14. 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, każdy z Uczestników 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.

- Należy być przygotowanym, że na trasie (około 200 metrów) będzie się odbywał ograniczony ruch drogowy. Możliwy jest również duży ruch pieszych i rowerzystów chodzących po lesie w Witowie.

- Zawodnicy powinni zachować szczególną uwagę, gdy trasa zbliża się do szosy lub skrzyżowania.

15. Kibice

Kibice będą mogli bez przeszkód obserwować i dopingować zawodników na starcie, w trakcie rywalizacji na trasie i na mecie, jednak nie powinni utrudniać poruszania się zawodników po trasie oraz wspomagać ich niedozwoloną pomocą.

16. Świadczenia

W ramach wpisowego, zawodnicy otrzymają:

- prawo przebycia oznakowanej trasy,
- numer startowy z chipem, pomiar czasu oraz wyniki,
- możliwość skorzystania z punktu z wodą na trasie biegu,
- ciepły posiłek regeneracyjny i bufet na mecie,
- parking dla samochodów.

17. Trofea i nagrody

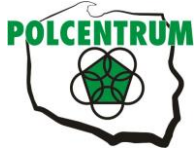
Trzy najlepsze Zawodniczki i trzech najlepszych Zawodników na trasie Leśnej Dychy w Centrum Polski otrzyma nagrody rzeczowe. Zwycięzcy biegu w kategorii kobiet i mężczyzn otrzymają pamiątkowe puchary.

18. 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

Projekt dofinansowany z programu "[Działaj Lokalnie](#)" Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności.



przez organizatora, media i sponsorów.

- Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu z powodów niezależnych od niego.
- Organizator zastrzega sobie prawo do interpretacji niniejszego Regulaminu oraz do jego zmian.
- Ostateczna interpretacja Regulaminu należy do Organizatora.

**Mapka poglądowa miejsca rozegrania zawodów.
Szczegółowa trasa biegu oraz inne ważne informacje
na fanpage Tempio Piątkowski Klub Biegacza**

