



Regulamin Leśnej Dychy w Centrum Polski 29 września 2018 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 odbędzie się 29 września 2018 r., o godz. 11.00 (dane gps. biura zawodów: Witów 1, 99-120 Piątek; Szerokość geograficzna: 52.031528 | Długość geograficzna: 19.530634)

2. Organizator

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

3. Główni Partnerzy

- Ludowy Klub Sportowy Malina Piątek
- Towarzystwo Miłośników Piątku i Okolic
- Urząd Gminy Piątek

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 29 września 2018 r. w lesie w Witowie. Biuro zawodów przy starcie (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). 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 się od podanego o +/- 0,1 km. Trasa będzie oznakowana taśmami oraz dodatkowo strzałkami. W niewralgicznych miejscach będą stali porządkowi wskazujący trasę zawodnikom. Pierwszą grupę biegaczy poprowadzi również rowerzysta.

8. Klasyfikacja

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



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. 12, 28.09.2018 r.) lub w biurze zawodów przed startem (29.09.2018 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 8 sierpnia 2018 r. do 28 września 2018 r.(godz. 12) na wyznaczonej przez organizatora podstronie firmy Protimer – **23 zł**

2 TERMIN: w dniu biegu, tj. 29 września 2018 r. – **30 zł**

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

11. Program

Sobota (29.09.2018 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.
- 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 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.

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.