



20^{lat} MAZOWSZE



REGULAMIN
XI BIEGU ULICZNEGO MIĘDZY ZAMKAMI OPINOGÓRA GÓRNA – CIECHANÓW
pod patronatem
Joanny Potockiej Rak – Starosty Powiatu Ciechanowskiego
Krzysztofa Kosińskiego – Prezydenta miasta Ciechanów
Piotra Czyżyka – Wójta Gminy Opinogóra Górna
Romana Kochanowicza – Dyrektora Muzeum Romantyzmu w Opinogórze
05. 05. 2019 r.

I. Cel imprezy

- Popularyzacja biegów masowych na Mazowszu jako ogólnodostępnej formy rekreacji i upowszechnianie biegania
- Promocja Powiatu i Miasta Ciechanów oraz Gminy Opinogóra Górna
- Poznanie walorów turystyczno-historycznych Północnego Mazowsza
- Integracja środowisk (mieszkańców powiatu, miasta oraz gminy)
- Realizacja kalendarza imprez

II. Organizator

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

- Urząd Gminy Opinogóra Górna
- Urząd Miasta Ciechanów
- Starostwo Powiatowe Ciechanów
- Muzeum Romantyzmu w Opinogórze
- Muzeum Szlachty Mazowieckiej w Ciechanowie
- M.O.S.i R. Ciechanów
- Komenda Policji Powiatowej w Ciechanowie
- Straż Miejska w Ciechanowie
- Straże OSP z Gminy Opinogóra Górna

III. Termin i miejsce, dystans i charakterystyka trasy

START - 5 maja (niedziela) 2019 r. godz. 11.00 - Zamek Ks. Mazowieckich.

META - dziedziniec kompleksu pałacowego w Opinogórze Górnej.

Bieg – 10 km start Ciechanów ul. Zamkowa, Wołodyjowskiego, Zagłoby, Kmicica, Zamkowa, Wodna, pl. Jana Pawła II, Śląska, Wojska Polskiego, Kącka, Kąty, Opinogóra – Górna, meta dziedziniec kompleksu pałacowego w Opinogórze Górnej.

Trasa nie posiada atestu PZLA.

IV Pomiar czasu

Pomiar czasu będzie wykonywany elektronicznie przy pomocy chipów w numerze startowym przez Firmę ProTimer.

IV. Zapisy

Za skuteczną rejestrację uważa się prawidłowe wypełnienie formularza na stronie <https://www.protimer.pl/bio/593> do dnia 30.04.2019 r. i uregulowania opłaty startowej. Po tym terminie jedynie w biurze zawodów w dniu 05.05.2019 r. (pod warunkiem, że będą wolne pakiety startowe).

Biuro zawodów czynne będzie od godz. 8.00 do godz. 10.30 na terenie – Błonie przy Zamku ks. Mazowieckich w Ciechanowie.

Obowiązuje limit zgłoszeń. Organizator przygotował 200 pakietów startowych.

Z chwilą wyczerpania pakietów zgłoszenia internetowe zostaną zablokowane, nie będzie również możliwe zgłoszenie uczestnictwa w dniu zawodów.

V. Wpisowe

Opłata startowa do XI Biegu Pomiedzy Zamkami wynosi:

I termin do 15 kwietnia 2019r. - 40 zł. (I termin przyjmowania zapisów drogą elektroniczną oraz termin wnoszenia opłat w na konto upływa w dniu 15 kwietnia 2019 r.)

II termin do 30 kwietnia 2019r. - 50 zł. (II termin przyjmowania zapisów drogą elektroniczną oraz termin wnoszenia opłat w na konto upływa w dniu 30 kwietnia 2019r.)

III termin – zapisy i opłaty będą również przyjmowane w dniu biegu w biurze zawodów tj. w dniu 5 maja 2019 r. - 60 zł. - pod warunkiem że będą **wolne pakiety Startowe**.

Opłatę startową należy wpłacić na konto:

Bank Spółdzielczy w Ciechanowie Nr 84 8213 0008 20010013 9407 0001

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

Opłatę należy dokonać w ciągu 7 dni od daty rejestracji.

W dniu 30.04.2019 r. osoby, które zapisały się na bieg, a nie wniosły opłaty, zostaną usunięte z listy.

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

W ramach opłaty startowej uczestnicy otrzymują: okolicznościowy medal, koszulkę techniczną, imienny nr startowy, agrafki, posiłek regeneracyjny, napoje na mecie. Pełny pakiet startowy organizator zapewnia, jeśli zgłoszenie będzie skuteczne do 30 kwietnia 2019 r.

VI. Warunki uczestnictwa

W biegu mogą wziąć udział osoby, które do dnia 5 maja 2019 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.

VII. Punkty odżywiania

1. Punkty z wodą będą rozmieszczone co około 5 kilometrów począwszy od 5 kilometra.
2. Organizator nie przyjmuje prywatnych odżywek od uczestników

VIII. 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)

IX. Nagrody

Za trzy pierwsze miejsca w klasyfikacji generalnej i wiekowej nagrody rzeczowe, puchary i statuetki.

Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej nie otrzymają nagród rzeczowych i pucharów w klasyfikacjach wiekowych. Nagrody rzeczowe i puchary w kategorii OPEN i kategoriach wiekowych nie „dublują się”.

X. Biegi dla dzieci i młodzieży o Puchar Wójta Gminy Opinogóra - cztery kategorie wiekowe - **start do biegów bez opłaty startowej**

ZAPISY do dnia 30.04.2019r. : <https://www.protimer.pl/bio/592>

- Bieg malucha – 200m, start godzina 12.30
(dzieci w wieku przedszkolnym, rocznik – 2012 i młodsze)
- Bieg dla dzieci – 500 m, start godzina 12.40
(dzieci ze szkół podstawowych, rocznik – 2011-2009) Klasy I – III
- Bieg dla dzieci – 600 m, start godzina 12.50
(dzieci ze szkół podstawowych, rocznik –2008 -2006) Klasy IV – VI
- Bieg dla młodzieży – 1200 m, start godzina 13.00 (gimnazjum, rocznik – 2005-2003)
Klasy VII – VIII, gimnazjum.

Nagrody w biegach dla dzieci i młodzieży:

Dla każdego zwycięzcy (za zajęcie I miejsca) w poszczególnych kategoriach dziewcząt i chłopców Puchar ufundowany przez Wójta Gminy Opinogóra Górna za trzy pierwsze miejsca dyplomy a dla wszystkich uczestników medal drewniany, certyfikat udziału i poczęstunek ufundowany przez organizatora.

XI. Postanowienia końcowe

- Bieg będzie prowadzony przy otwartym ruchu kołowym.
- Uczestnicy powinni biec prawą stroną jezdni.
- 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.
- Opiekę medyczną podczas biegu zapewnia Organizator.
- 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.
- Organizator zapewnia transport powrotny z METY na START (Opinogóra- Ciechanów).
- Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.

Organizatorzy