

## REGULAMIN

### VIII Zawodów Międzypokoleniowych „Od Jeziora do Jeziora”

---

#### I CEL IMPREZY

1. Popularyzacja aktywnego spędzania wolnego czasu wśród rodzin.
2. Popularyzacja biegów przełajowych wśród dzieci, młodzieży i dorosłych.
3. Popularyzacja marszy z kijami Nordic Walking.
4. Integracja międzypokoleniowa.
5. Propagowanie zdrowego trybu życia.

#### II ORGANIZATOR

1. Stowarzyszenie Ludzi Kreatywnych „Talent”

#### III WSPÓLORGANIZATORZY

1. GOK Dobrzeń Wielki,
2. GOPS w Dobrzenu Wielkim,
3. Urząd Gminy Dobrzeń Wielki
4. PSP z OS w Dobrzenu Wielkim
5. Grupa biegowa „Od Jeziora do Jeziora”

#### IV TERMIN I MIEJSCE

1. Impreza odbędzie się dnia 20.05.2023r./sobota/w godzinach 8:00 - 13.30 nad kąpieliskiem „Balaton” w Dobrzenu Wielkim.
2. Biuro zawodów czynne od godziny 8.00 - 9.15 dla dzieci i młodzieży oraz 8.00 - 11.00 dla dorosłych.

#### V TRASA I POMIAR CZASU

1. Biegi na 5km i 10 km oraz drużynowe zawody współzawodnictwa (sztafeta) przeprowadzone zostaną drogą leśną. Trasa będzie oznaczona co 1 km.
2. Elektroniczny pomiar czasu prowadzony będzie przy pomocy chipów, które należy zwrócić po ukończeniu biegu (dotyczy biegu na 5km i 10 km oraz sztafety).
3. Pomiar czasu (czas brutto) i ustalenie kolejności będzie dokonywane systemem elektronicznym.

#### VI PROGRAM ZAWODÓW

##### 1. Biegi przełajowe dla dzieci oraz młodzieży szkolnej i starszej

- godz. 09:30 5 latki(rocznik2018 i młodsze)-maluchy/dziewczęta/ - 300 m
- godz. 09:40 5 latki (rocznik2018 i młodsze)- maluchy/chłopcy/ - 300 m
- godz. 09:50 6 latki(rocznik2017)-starszaki/dziewczęta/ - 300 m
- godz. 10:00 6 latki(rocznik2017)-starszaki/chłopcy/ - 300 m
- godz. 10:10 7-8 latki (rocznik2016/2015)- PSP/dziewczęta/ - 400 m
- godz. 10:20 7-8 latki (rocznik2016/2015) - PSP/chłopcy/ - 400 m
- godz. 10:30 9-10 latki (rocznik2014/2013)- PSP/dziewczęta, chłopcy/ - 500 m
- godz. 10:40 11-12 latki (rocznik2012 /2011) - PSP/dziewczęta, chłopcy/ - 600 m
- godz. 10:50 13-14 latki (rocznik2010/2009) - PSP /dziewczęta, chłopcy/ - 800 m  
oraz 15 latki (rocznik2008)- szkoły średnie – szkoły branżowe,  
licea i technika/dziewczęta, chłopcy/ - 800m

Uwaga! Przy ewentualnej małej ilości uczestników w biegach, organizator rozważy możliwość połączenia dwóch biegów /2 kategorie razem chłopcy z dziewczętami – nagrody oddzielnie!

## 2. Bieg w piżamie

- godz. 11:10 Bieg Open dla wszystkich chętnych (uczestnik musi rozpocząć i ukończyć bieg w piżamie).

## 3. Bieg Główny „Od Jeziora do Jeziora”

- godz. 11.30 Kategoria Open – Kobiety i Mężczyźni 10 km i 5 km.

## 4. Marsz z kijkami - Nordic Walking

- godz. 11:35 - kategoria open Kobiety i Mężczyźni – 5 km.

## 5. Bieg rodzinny (zabawa rodzinna)

- godz. 10.00- 13.00 Regulamin tych zawodów stanowi osobny dokument

## VII UCZESTNICTWO

1. Warunkiem uczestnictwa w Biegu na 5 lub 10 km jest dokonanie rejestracji elektronicznej poprzez prawidłowe wypełnienie formularza rejestracyjnego oraz dokonanie opłaty startowej, lub w biurze zawodów w dniu zawodów 20.05.2023r w godz. 8.00-11.00.
2. Wypełnienie formularza rejestracyjnego oraz dokonanie opłaty startowej jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
3. Organizator zastrzega sobie prawo do odrzucenia każdego formularza rejestracyjnego, co do którego istnieje podejrzenie, że został wypełniony niezgodnie z prawdą oraz do zdyskwalifikowania każdego uczestnika, wobec którego istnieje uzasadnione przekonanie, że naruszył warunki niniejszego Regulaminu.
4. Formularz rejestracyjny dostępny jest na stronie [www.zmierzymyczas.pl](http://www.zmierzymyczas.pl), [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl).
5. W biegu na 5 i 10 km oraz w drużynowych zawodach współzawodnictwa prawo startu mają osoby, które do 20.05.2023r. ukończą 16 lat.
6. Osoby niepełnoletnie, które ukończyły 16 lat mogą wystartować w biegu pod warunkiem podpisania oświadczenia (w Biurze Zawodów) przez rodzica/opiekuna prawnego o starcie dziecka na odpowiedzialność rodzica/opiekuna prawnego.
7. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument tożsamości zgodny z danymi podanymi przy rejestracji. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o starcie w zawodach na własną odpowiedzialność.
8. **Organizator ustala limit uczestników biegu w liczbie 200 zawodników na Bieg 10 km i 150 zawodników na Bieg 5 km.**
9. Warunkiem uczestnictwa w biegach przełajowych dzieci oraz młodzieży szkolnej jest obowiązkowe posiadanie zgody rodziców lub prawnych opiekunów. W przypadku udziału w biegach lub marszu Nordic Walking, podpisanie oświadczenia przez rodzica/prawnego opiekuna o starcie dziecka na odpowiedzialność rodzica/opiekuna prawnego.

## VIII ZGŁOSZENIA I OPŁATY

1. Zgłoszenia do biegu na 5,10 km oraz Nordic Walking dokonywane są drogą elektroniczną poprzez wypełnienie formularza zamieszczonego na stronach: [www.maratonypolskie.pl](http://www.maratonypolskie.pl), [www.zmierzymyczas.pl](http://www.zmierzymyczas.pl).. Zgłoszenia i opłaty elektroniczne przyjmowane będą **do północy 18.05.2023r.**

We wszystkich sprawach związanych z rejestracją elektroniczną prosimy o kontakt pod adresem e-mail: [biuro@zmierzmyczas.pl](mailto:biuro@zmierzmyczas.pl) bądź telefonicznie 501 146 066, 604 429 349.

Lub w dniu zawodów 20.05.2023r. w biurze zawodów w godzinach **8.00 -11.00.**

## W momencie osiągnięcia limitu uczestników zapisy zostaną ukończone.

2. Zgłoszeń do biegów dla dzieci i młodzieży można dokonać:
  - w dniu zawodów **20.05.2023r.** w biurze zawodów w godzinach od **8.00 – 09.15.**
3. Opłaty startowe:

Opłat startowych na bieg 5, 10 km, oraz Nordic Walking można dokonać w następujący sposób:

  - za pośrednictwem płatności elektronicznej bezpośrednio po internetowej rejestracji w terminie do **18.05.2023r.**

Wysokość opłaty startowej dla biegu na 5 i 10km jest taka sama i wynosi:

  - od **01.04.2023r - do 15.04.2023r - 35,00 zł**
  - od **16.04.2023r - do 18.04.2023r - 45,00 zł**
  - w dniu biegu w Biurze Zawodów, o ile wcześniej nie zostanie osiągnięty limit uczestników - **60,00 zł**

Opłata startowa za udział w **Nordic Walking** wynosi **20 zł** i jest niezmienna przez cały okres zapisów tj. do dnia zawodów.
4. Nie ma możliwości przeniesienia opłaty startowej na innego uczestnika. W przypadku rezygnacji uczestnictwa w Biegu, opłata startowa nie podlega zwrotowi.
5. Wszelkie reklamacje i skargi dotyczące płatności będą rozpatrywane w sposób indywidualny.
6. W ramach opłaty startowej uczestnik otrzymuje: numer startowy, chip (zwrotny po biegu), materiały promocyjne, wodę na trasie i po ukończeniu biegu, okolicznościowy medal oraz posiłek regeneracyjny.

## **IX NAGRODY**

1. **Wszyscy uczestnicy, którzy przebiegną określony dystans otrzymują pamiątkowe medale.**
2. W biegach przedszkolaków, dzieci, młodzieży młodszej i starszej w każdym biegu za miejsca I – III zwycięzcy otrzymują medale, dyplomy i za I miejsce puchar.
3. W marszu Nordic Walking trzech najlepszych zawodników w kategorii mężczyzn i kobiet I – III miejsce otrzymuje medale oraz dyplomy i za I miejsce puchar.
4. W biegu głównym w kat. open - trzech pierwszych zawodników /M/ oraz trzy pierwsze zawodniczki /K/ otrzymują medale i dyplomy i za I miejsce puchar oraz w biegu na 5km i 10 km za zajęcie miejsc I-III nagrody pieniężne:

BIEG NA 10 KM  
I miejsce 300 zł  
II miejsce 150 zł  
III miejsce 100 zł

BIEG NA 5 KM  
I miejsce 150 zł  
II miejsce 75 zł  
III miejsce 50 zł

5. Bieg w piżamach - trzech pierwszych zawodników (niezależnie od płci i wieku) I – III miejsce medale, dyplomy i za I miejsce puchar.
6. Odbiór nagród, dyplomów i medali odbywa się tylko w dniu zawodów.

## **X POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowne do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.
2. Uczestnicy mają obowiązek stosowania się do poleceń służb porządkowych zabezpieczających trasę biegu oraz do poruszania się w czasie Biegu zgodnie z ich zaleceniami.
3. W przypadku jakichkolwiek kontuzji lub innych przyczyn zawodnik jest zobowiązany do zejścia na pobocze drogi i oczekiwania na pomoc medyczną.
4. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie Biegu, wynikające z winy uczestników Biegu.
5. Organizator Biegu nie ponosi odpowiedzialności w przypadku utraty zdrowia lub życia zawodnika.

6. Organizator nie pokrywa kosztów medycznych oraz transportu związanych z obecnością lub uczestnictwem w Biegu.
7. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione w szatni i depozycie.
8. W sprawach nieujętych w Regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator.
9. Kontakt do organizatora:
  - tel. 512 473 474
  - tel. 886 765 063
  - e-mail: [slk.talent.dobrzeńwielki@gmail.com](mailto:slk.talent.dobrzeńwielki@gmail.com)

