

1. CEL IMPREZY
2. • Popularyzacja i upowszechnianie biegania
3. • Promocja Gminy Lisia Góra
4. • Integracja środowiska lokalnego

2. PATRONAT HONOROWY - Wójt Gminy Lisia Góra - Arkadiusz Mikuła

3. ORGANIZATOR – Szkoła Podstawowa w Lisiej Górze, Gminny Ośrodek Kultury w Lisiej Górze

4. TERMIN I MIEJSCE: - 15 czerwca 2019r. (sobota) - Miejscowość: Lisia Góra, Stadion Sportowy w Lisiej Górze

Program: - Biuro zawodów – od 14:00 – 16:30 - Start Biegów Dzieci: 15:00 - Start Biegu Głównego: 17:00 (zamknięcie trasy 19:00) - Start NordicWalking / Bieg Rodzinny – 2,5 km: 17:00 (zamknięcie trasy 19:00)

5. Bieg główny: - Dystans: ok 10km - Start o godzinie: 17:00 - Limit czasowy: 120 minut - Trasa oznakowana co 1 km, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie ograniczony, obowiązuje ruch prawostronny - Pomiar czasu: elektroniczny Klasyfikacja OPEN – Kobiety / Mężczyźni .

6. WARUNKI UCZESTNICTWA w BIEGU GŁÓWNYM i NordicWalking / Biegu Rodzinnym

A. Impreza ma charakter otwarty.

B. Prawo uczestnictwa w biegu głównym mają osoby pełnoletnie, oraz osoby w wieku od 16 lat (ur. 1999r.), jeśli mają pisemną zgodę rodziców.

C. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie zapisanie się na bieg oraz opłata która wynosi 5zł na stronie WWW.chronotex.pl , własnoręczne podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów i na stronie /Dz.Ustaw nr 101, poz 1095/ lub przedstawienie przez uczestnika zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.

D. PAKIET STARTOWY Bieg główny, Bieg Rodzinny i NordicWalking W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu głównego otrzymuje pakiet startowy, na który składają się: - numer startowy - elektroniczny pomiar czasu - artykuły pozyskane od sponsorów - upominek sportowy - wodę na trasie i mecie zawodów - materiały informacyjne i reklamowe - pamiątkowy medal na mecie – regeneracyjny posiłek na mecie. W miarę możliwości sponsorskich, organizator przewiduje rozszerzenie pakietu startowego.

E. Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte z przodu do koszulki startowej. Zaślanianie numeru startowego w części lub w całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji. Uczestnicy biegu otrzymują CHIPY Startowe , które należy zwrócić na mecie biegu. Nie zwrócenie chipu startowego, oznacza dla uczestnika poniesienie kary pieniężnej w kwocie 100 zł

F. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.

G. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.

7. ZGŁOSZENIA: - Biuro zawodów mieści się w miejscu STARTU /METY – Lisia Góra, Stadion Sportowy w Lisiej Górze - Zgłoszenia do biegu głównego, biegu rodzinnego oraz NordicWalking (biegi dzieci w szkole podstawowej w Lisiej Górze lub pod nr 14 6784 886) dostępne są przez WWW.chronotex.pl

I. Bieg główny

Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie lub formularza pisemnego i wpłacenie opłaty startowej w wysokości 5 zł (ilość miejsc ograniczona) należy najpóźniej do dnia 31.05.2018r. zgłosić swój udział – również biegi dzieci. (Nie ma możliwości zapisów w dniu zawodów.)

A. Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku

B. OBOWIĄZUJE LIMIT ZGŁOSZEŃ - (10km, Bieg Rodzinny, NordicWalking) - po osiągnięciu limitu - formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów biurze zawodów.

II. Marsz NordicWalking / Bieg Rodzinny (trasa 2,5 km) - Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego formularza na stronie WWW.chronotex.pl

III. Biegi dla dzieci i młodzieży

Udział w biegach dla dzieci i młodzieży - jest DARMOWY. W biegach dzieci i młodzieży obowiązuje limit 200 zgłoszeń - po osiągnięciu limitu – formularz zgłoszeń zostanie zablokowany - nie będzie możliwości zapisów biurze zawodów.

8. NAGRODY A. Nagrody Bieg Główny – 10 km

a. Kategoria OPEN K / M i. 1 msc. Nagroda Rzeczowa ii. 2 msc. Nagroda Rzeczowa iii. 3 msc. Nagroda Rzeczowa

B. Nagrody Bieg Rodzinny – 2,5 km

a. Kategoria OPEN K / M i. 1 msc. Nagroda Rzeczowa ii. 2 msc. Nagroda Rzeczowa iii. 3 msc. Nagroda Rzeczowa Wśród uczestników biegu odbędzie się losowanie cennych nagród.

C. Marsz NordicWalking – 2,5 km W ramach marszu NordicWalking – zostanie wykonany elektroniczny pomiar czasu, jednak NIE będzie prowadzonej klasyfikacji. Głównym celem marszu jest dotarcie do mety. Organizator określa limit czasowy na 120 min, zamknięcie trasy nordicwalking nastąpi o godzinie 19:00. Podany będzie tylko czas przemarszu uczestnika w celu regulacji tempa przy innych marszach tego typu. Każdy, kto dotrze do mety jest Zwycięzcą i otrzyma pamiątkowy okolicznościowy medal oraz pozostałe elementy zapewnione w pakiecie startowym. Wśród uczestników biegu odbędzie się losowanie cennych nagród.

D. Każdy uczestnik, który ukończy zmagania, weźmie udział w losowaniu nagród w dniu wydarzenia, bez względu na to w jakiej kolejności wszedł na metę. Na całej trasie obecni będą sędziowie, którzy będą czuwać nad prawidłowym przebiegiem wydarzenia oraz oceną techniki marszu NW. Trasa będzie oznaczona, na całym dystansie oznaczenie informujące co 1km. Na stronie www zostanie udostępniona trasa nie później niż tydzień przed datą zawodów. Marsz ma formę rekreacyjną - bez formy rywalizacji. LOSOWANIE NAGRÓD RZECZOWYCH WŚRÓD UCZESTNIKÓW MARSZU NORDIC WALKING

. BIEGI DLA DZIECI I MŁODZIEŻY: Od godz. 15:00 odbędą się biegi dla dzieci i młodzieży na następujących dystansach: – dystans 60 m. dla przedszkolaków (od 4 lat - do 6 lat) /dziewczeta i chłopcy/ - dystans 250 m. dla uczniów I - III klasa podst. /dziewczeta i chłopcy/ - dystans 400 m. dla uczniów IV - VI klasa podst. /dziewczeta i chłopcy/ W biegach dzieci i młodzieży obowiązuje limit 200 zgłoszeń. Wszyscy uczestnicy biegów dla dzieci i młodzieży otrzymają pamiątkowe medale. Nagrody biegi dla dzieci i młodzieży Nagrody w kategoriach wiekowych dla chłopców i dziewcząt 1. miejsce: nagrody rzeczowe 2. miejsce: nagrody rzeczowe 3. miejsce: nagrody rzeczowe

10. POSTANOWIENIA KOŃCOWE: - Bieg odbywać się będzie przy ograniczonym ruchu drogowym - służby zabezpieczające to: ochotnicza straż pożarna z Lisiej Góry, Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne, - Wszyscy uczestnicy biorą udział na własną odpowiedzialność i nie będą wносить żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy, - Dyrektor biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których jest zobowiązany poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy. - Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie . Organizator zapewnia pomoc medyczną dla uczestników biegu w postaci ambulansu z dwuosobową obsługą ratownictwa medycznego oraz ratownikiem medycznym na starcie/mecie zawodów. Za wyścigiem porusza się ambulans, a za ambulansem pilot zamykający. - Organizator biegu zapewnia dla uczestników posiłek i napoje po biegu, oraz medale. - Odebranie numeru startowego przez uczestnika biegu głównego jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu. - Organizator informuje, że numery startowe są przydzielane zawodnikom/-czkom, którzy zgłosili swój start na stronie WWW.chronotex.pl przed dniem zawodów tj. 15/06/2019, pozostałe osoby bez zgłoszenia nie mają zagwarantowanego startu – ilość dodatkowych numerów startowych w dniu zawodów jest ograniczona. Udział w biegach dzieci należy zgłaszać do sekretariatów szkół. - Organizator zaleca uczestnikom posiadanie aktualnych badań lekarskich stwierdzających zdolność do udziału w biegu długodystansowym. - Wartość i ilość nagród rzeczowych jest uzależniona od ilości pozyskanych sponsorów - Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy - Parking dla samochodów znajdują się w wyznaczonych miejscach przez organizatora - Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora - Zawody odbywają się przy ograniczonym ruchu drogowym. - Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad ruchu drogowego. - Organizator informuje, że nagrody należy odebrać w dniu zawodów, organizator nie wysyła nagród pocztą. - Organizator informuje, że NIE ma możliwości przepisania numeru startowego na inną osobę. - Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników wywiadu, robienia mu zdjęć i filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystania w Internecie lub w transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne. - Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających uczestników biegu. Mogą one być wykorzystane przez Organizatora poprzez umieszczanie na nośnikach elektronicznych, w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych, w gazetach i na wystawach, jak również na potrzeby promocyjno-reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora. - Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn. - W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.