

## REGULAMIN

### „VII OTWARTY BIEG PRZELAJOWY O PUCHAR WÓJTA GMINY SADLINKI I MARSZ NORDIC WALKING” SADLINKI 24 SIERPANIA 2024 r.

#### 1. CEL IMPREZY:

- popularyzacja i upowszechnienie biegania jako ogólnie dostępnej formy sportu i rekreacji,
- propagowanie aktywnego spędzania czasu wolnego,
- przedstawienie walorów rekreacyjnych Gminy Sadlinki,
- promocja Gminy Sadlinki i Powiatu Kwidzyńskiego.

#### 2. PATRONAT HONOROWY:

Wójt Gminy Sadlinki

#### 3. ORGANIZATOR:

Urząd Gminy w Sadlinkach

#### 4. WSPÓLORGANIZATOR:

Studio Sylwetki

#### 5. TERMIN I MIEJSCE

24 sierpnia 2024 r start, ul. Leśna 1 82-522 Sadlinki

#### 6. BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów czynne od godz. 6:30

Wydawanie numerów startowych **do godz. 8:00** w biurze zawodów.

Zgłoszenia uczestników wcześniej nie zgłoszonych drogą elektroniczną od godz. 8:00 do godz. 8:30

#### 7. WIOSKA BIEGOWA

W skład Wioski Biegowej wchodzi – Biuro Zawodów, Namiot Zgłoszeniowy, Namiot Gastronomiczny, Strefa odpoczynku. Wioska Biegowa zlokalizowana będzie przy punkcie START/META. Przy ul Leśnej 1 w Sadlinkach.

#### 8. BIEG GŁÓWNY PRZELAJOWY i MARSZ NORDIC WALKING – informacje ogólne

- a) Trasa biegu wynosi 10 km (1 pętla) i prowadzi drogami leśnymi, asfaltowymi.  
Trasa nie posiada atestu PZLA
- b) Trasa Nordic Walking wynosi 5 km

- c) Udział w biegu jest bezpłatny, limit uczestników 200 osób  
(150 osób bieg przełajowy, 50 osób marsz nordic walking)
- d) Elektroniczny pomiar czasu obsługiwany przez firmę WBtiming s.c.
- e) Punkty nawodnienia znajdować się będą na ok 3 km i 6 km.
- f) Dla każdego uczestnika biegu przewidziany jest posiłek regeneracyjny na mecie.

## **9. BIEGI PRZEŁAJOWE TOWARZYSZĄCE DLA DZIECI I MŁODZIEŻY**

Biegi przełajowe dla dzieci i młodzieży zorganizowane zostaną na miejscu wydarzenia. Przewiduje się rozpoczęcie biegów dziecięcych o godzinie 9:20 następujących dystansach:

- dzieci 0-4 lat 100m,
- dzieci 5-8 lat 200m,
- dzieci 9-14 lat 500m

(podział na kategorie i dystanse mogą zostać zmienione, dostosowane do uczestników)

## **10. NAGRODY**

Każdy uczestnik po przekroczeniu mety otrzyma pamiątkowy medal.

Dla zwycięzców przewidziane są puchary oraz nagrody rzeczowe.

Uczestnicy biegu przełajowego na dystansie 10 km rywalizować będą o następujące tytuły:

OPEN – Kobiety i Mężczyźni – I, II i III miejsce oraz w kategoriach wiekowych miejsca od I – III.

Kategorie wiekowe kobiet:

- K 16-30
- K 31-49
- K 50+

Kategorie wiekowe mężczyzn:

- M 16-30
- M 31-49
- M 50+

Uczestnicy Marszu Nordic Walking, na dystansie 5 km, rywalizować będą o następujące tytuły kategorii open: Kobiety I, II i III miejsce oraz mężczyźni I, II i III miejsce.

## **11. WARUNKI UCZESTNICTWA**

Bieg główny ma charakter otwarty, startować w nim mogą osoby, które ukończyły 16 lat.

Biegi dziecięce otwarte z podziałem na wiek.

## **12. ZGŁOSZENIA**

- a) Zgłoszenia przyjmowane są do dnia 15go sierpnia 2024 r. poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie <https://www>
- b) Istnieje możliwość zgłoszenia w dniu biegu w godzinach 8:00 – 8:30 w biurze zawodów
- c) Zgłoszenie do Biegu będzie automatycznie świadczyć o zapoznaniu się z niniejszym regulaminem i zobowiązanie się do jego przestrzegania. Dodatkowo w dniu zawodów, podczas odbierania numeru startowego uczestnik jest zobowiązany do wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby organizacji biegu, poprzez podpis klauzli RODO.
- d) Za kompletne zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza i akceptację regulaminu oraz podpisanie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu na własną odpowiedzialność w dniu biegu.

## **13. OCHRONA PRZYRODY**

Na całej trasie biegu należy stosować się do zasad ochrony przyrody, a w szczególności zabrania się:

- zaśmiecania terenu (czyli np. wyrzucania opakowań po odżywkach, butelek, kubeczków – wszystkie śmieci należy zostawić na punktach kontrolnych),
- schodzenia z trasy biegu,
- zakłócania ciszy.

Zawodnicy łamiący te zasady będą zdyskwalifikowani.

## **14. ZASADY ZACHOWANIA UCZESTNIKÓW BIEGU ISTOTNE DLA BEZPIECZEŃSTWA RUCHU DROGOWEGO**

- uczestnicy ruszają do biegu z linii startu po sygnale podanym przez organizatora,
- zawodnicy biegną wyłącznie trasą (ulicami) wyznaczoną przez organizatora,
- wszyscy uczestnicy biegu zobowiązani są do bezwzględnego zastosowania się do wskazań i zaleceń Policji, służb porządkowych organizatora biegu, oraz osób odpowiedzialnych za bieg, (służby porządkowe i osoby odpowiedzialne za bieg będą posiadać, w widocznym dla wszystkich miejscu, odpowiednie identyfikatory),
- wszyscy uczestnicy biegu proszeni są o zachowanie szczególnej ostrożności,
- uczestnicy zobowiązują się do przestrzegania zasad ruchu drogowego,
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za uczestników nieprzestrzegających regulaminu imprezy.
- Uprasza się o pamiętanie i zachowanie zasady Fair Play.

## **15. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Przed biegiem każdy z uczestników otrzyma pakiet startowy (numer startowy z chipem oraz zestaw promocyjny dla uczestnika)
2. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu centralnie na klatce piersiowej.
3. Impreza odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
4. Zawodnicy pokonujący dystans biegu w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
5. Uczestnicy biegu biorą udział na własną odpowiedzialność, wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
6. Uczestników biegu obowiązuje niniejszy regulamin i przepisy PZLA.
7. Warunkiem udziału w biegu jest wyrażenie zgody na przestrzeganie regulaminu biegu oraz własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu na własną odpowiedzialność oraz klauzuli RODO w dniu biegu.
8. Osoby niepełnoletnie w wieku od 8 do 18 lat są zobowiązane do posiadania pozwolenia od rodziców lub prawnych opiekunów na udział w biegu.
9. Wszelkie kwestie sporne dotyczące Biegu o Puchar Wójta Gminy Sadlinki oraz marszu nording walking rozstrzyga Sędzia Główny, jego decyzje są ostateczne i niepodważalne.
10. Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy.
11. Uczestnicy powinni posiadać dokument tożsamości (legitymacja szkolna, dowód osobisty).