

Stowarzyszenie

Wieluń Biega

## Regulamin

### IV Trzeźwościowy Cross Maraton Wieluń 2024

1. Nazwa imprezy :**Trzeźwościowy Cross Maraton Wieluń 2024**
2. Organizator: Stowarzyszenie Wieluń Biega
3. Partnerzy : Gmina Wieluń, Gminna Komisja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Rada Sołecka w Rudzie , OSP Ruda, LZS Ruda, Sebastian Jasiński Med Express, Atelier Sportu.
4. Patronat: Burmistrz Wielunia
5. Cel imprezy : popularyzacja trzeźwego trybu życia, promocja Gminy Wieluń, integracja środowisk biegaczy i osób aktywnych sportowo oraz popularyzacja biegów terenowych jako forma rekreacji ruchowej.
6. Termin i miejsce : 04.08.2024 r. niedziela godz. 9<sup>00</sup>  
Biuro zawodów – szatnie przy boisku LZS Ruda ( skrzyżowanie ul. Długa i ul. Sportowa)  
Weryfikacja zawodników od godz.8<sup>00</sup> maraton i od godz. 10<sup>00</sup> bieg na dystansie 10 km. i marsz Nordic Walking na 10 km.
7. Opcje dystansu:
  - Maraton 42,5 km
  - Bieg na dystansie 10 km.
  - Nordic Walking 10 km
8. Program zawodów:

**8<sup>00</sup>- 8<sup>45</sup> Biuro zawodów ( Ruda boisko LZS) weryfikacja zawodników startujących w maratonie i odbiór numerów startowych.**

**8<sup>45</sup>- Rozgrzewka**

**9<sup>00</sup>- Start maratonu**

**10<sup>00</sup>-12<sup>15</sup>-Biuro zawodów ( Ruda boisko sportowe) weryfikacja zawodników i odbiór numerów startowych biegu na 10 km. i marszu nordic walking.**

**12<sup>15</sup>- Rozgrzewka**

**12<sup>30</sup>- Start marszu Nordic Walking na 10 km.**

**13<sup>00</sup>- Start biegu na 10 km.**

**15<sup>00</sup>- Dekoracja zawodników.**

- **Maratonu**
- **Biegu na 10 km.**
- **Marszu Nordic Walking**

**15<sup>30</sup>- Losowanie nagród**

**16<sup>00</sup>- Zakończenie zawodów.**

9. Warunki uczestnictwa:

- w imprezie mogą brać udział

- osoby pełnoletnie
- osoby niepełnoletnie które w dniu startu będą miały ukończone 16 lat ( bieg na dystansie 10km i marszu Nordic Walking) zobowiązuje się do podpisania wspólnie z opiekunem prawnym w dniu zawodów oświadczenia wyrażającego zgodę na udział w bieg.
- warunkiem uczestnictwa jest posiadanie zaświadczenia lekarskiego lub pisemne oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegu i zdolności do udziału w biegu (dostępne w biurze zawodów).
- Niestawienie się uczestnika w miejscu i czasie zawodów jest równoznaczne z rezygnacją i nie rodzi po stronie uczestnika jakichkolwiek roszczeń związanych z jego uczestnictwem w zawodach.
- w ramach uczestnictwa zawodnicy otrzymują : numer startowy, pamiątkowy medal, wodę, gorący posiłek.
- podczas biegu zawodnik musi posiadać przypięty i widoczny numer startowy ,w sposób umożliwiający identyfikację zawodnika
- brak numeru startowego lub pokonanie dystansu w sposób niedozwolony lub niezgodny z przebiegiem trasy jest niedopuszczalne i grozi dyskwalifikacją.
- zabrania się startu zawodnikom pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.

10.Zgłoszenia i opłata startowa :

- zgłoszenie do zawodów i opłatę za udział w biegu składać można na stronie

- jeżeli limity zgłoszeń nie zostaną wykorzystane, zgłoszenia będą przyjmowane w biurze zawodów w dniu 04.08.2024 r.
- opłata startowa:
  - ✓ Maraton -70 zł.
  - ✓ Bieg na dystansie 10 km – 60 zł.
  - ✓ Marsz Nordic Walking – 40 zł.
- w dniu zawodów :
  - ✓ Maraton – 100 zł.,
  - ✓ Bieg na dystansie 10 km – 80 zł.
  - ✓ Marsz Nordic Walking – 50 zł.
- organizator przewiduje limity uczestników 50 osób w maratonie , 150 osób w biegu na dystansie 10 km. i 50 osób w marszu Nordic Walking.
- podczas odbioru numeru startowego zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem w celu weryfikacji.

#### 11. Klasyfikację :

- Open kobiet
- Open mężczyzn

#### 12. Trasa biegu :

- dla maratonu 8 pętli ( 7 dużych i 1 mała) drogami leśnymi i polnymi.
- dla biegu na 10 km. i marszu Nordic Walking 2 pętle (1 duża i 1 mała).
- Przebieg trasy zostanie opublikowany na stronie wydarzenia na Facebook.

#### 13.Nagrody

- dla pierwszych I – III Open kobiet - puchary
- dla pierwszych I – III Open mężczyzn - puchary

#### 14.Pomiar czasu elektroniczny i limity:

- limit czasu maratonu – 6 godzin
- limit czasu biegu na 10 km. – 1,5 godziny
- limit czasu marszu Nordic Walking – 2,5 godziny

#### 15.Parking i toalety:

- parking wyznaczony w pobliżu boiska sportowego
- uczestnicy będą korzystać z toalet w szatni przy boisku.

#### 16.Punkt odżywczy co 5,5 km. napoje i owoce. Po biegu i marszu gorący posiłek.

17.Obowiązuje całkowity zakaz spożywania alkoholu podczas imprezy sportowej.

18.Postanowienia końcowe:

- uczestnicy zawodów przyjeżdżają na własny koszt
- wszystkich zawodników obowiązuje niniejszy Regulamin
- organizator zapewnia wodę dla zawodników 1 punkt na każdej pętli i meta
- organizator zapewnia opiekę medyczną- ratownika medycznego, decyzje opieki medycznej dotyczące kontynuowania biegu/marszu są ostateczne i nieodwołalne.
- bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
- organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w czasie imprezy.
- wyniki końcowe będą zamieszczone na stronie [www.maratonympolskie.pl](http://www.maratonympolskie.pl)
- organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian do regulaminu, które zostaną podane do wiadomości przed startem w dniu imprezy.
- organizator zastrzega sobie prawo zmiany trasy ze względów niezależnych od organizatora.
- wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.
- organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podania przyczyny.
- we wszystkich sprawach spornych nie objętych niniejszym regulaminem decyduje organizator.
- informacje w imieniu organizatora udzielają :

Ryszard Jeziorny tel. 697 903 143

Robert Kaja tel. 693 277 770