

REGULAMIN

32 Biegu Abstynenta pamięci Marka Grzyba

Organizator:

- OTU w Parzymiechach
- Stowarzyszenie „Chcę inaczej”
- Stowarzyszenie Atelier Sportu

Patronat honorowy: Minister zdrowia Izabela Leszczyna

Osoba kontaktowa – Rafał Gniła tel. +48 501 727 028 - Atelier Sportu

- Magdalena Siejka tel. + 48 666 356 335 – Dyrektor Biegu

Termin i miejsce:

07.09.2024 NZOZ OTU Parzymiechy ul Częstochowska 1

Cele:

- propagowanie idei trzeźwości poprzez rekreacje ruchową
- propagowanie idei trzeźwości poprzez aktywny wypoczynek, gry, zabawy i konkursy na świeżym powietrzu dla całych rodzin
- Propagowanie zdrowego trybu życia
- propagowanie idei trzeźwości poprzez profilaktyczne koncerty słowno-muzyczne
- uczczenie pamięci Marka Grzyba wieloletniego dyrektora OTU w Parzymiechach
- poznawanie malowniczych walorów parku, lasów i pól w Parzymiechach.
- zdrowa rywalizacja i sprawdzenie swoich sił w biegu czy NW, z dala od alkoholu i innych środków uzależniających
- propagowanie pro ekologicznych zachowań

Trasa:

- Dystans 10km – trasa Parzymiechy- Załęczce Małe – Parzymiechy
- Nordic Walking 5km trasa w kierunku Załęczca Małego

Miła Parzymieska trasa po ścieżkach Parku NZOZ OTU w Parzymiechach

Uczestnictwo:

- Prawo startu w biegu głównym i Nordic Walking ma każdy kto ukończył 16. rok życia

Prawo startu w mili Parzymieskiej ma każdy kto ukończył 13 rok życia

- Zawodnicy niepełnoletni muszą posiadać zgodę prawnych opiekunów na uczestnictwo w biegu (poprzez podpisanie oświadczenia w biurze zawodów przez opiekuna prawnego)

- Start jest bezpłatny, prosimy o przemyślane zapisy

- Każdy zawodnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność, co potwierdza złożeniem podpisu

- Pacjenci Ośrodka startują po uzyskaniu pisemnej zgody lekarza OTU

pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 Dz. U. Nr 101 poz.1095

- Wszyscy zawodnicy muszą być zweryfikowani w biurze zawodów w dniu 07.09.2024

- Każdy zawodnik ma obowiązek zachować szczególną ostrożność i stosować się do poleceń organizatorów, policji i służb porządkowych

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne

- Wyniki końcowe dostępne będą na platformie pomiarczasuatelier.pl,

- Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora imprezy oraz na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych

Zgłoszenia:

- Zgłoszenia przyjmowane są poprzez wypełnienie formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie

Pomiarczasuatelier.pl do dnia 04.09.2024 lub w dniu 07.09.2024 w biurze zawodów. Od dnia 05.09.2024 do 06.09.2024 organizator nie przyjmuje zgłoszeń.

- Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego

- Każdy z uczestników biegu ma obowiązek sprawdzenia przed biegiem, czy jest umieszczony na liście startowej

- Start jest bezpłatny.

- Biegi dla dzieci są bezpłatne. Zgłoszenia do biegów dzieci przyjmowane są w dniu zawodów.

- W pakiecie startowego uczestnicy otrzymują medal, koszulkę techniczną, posiłek regeneracyjny, wodę oraz numer startowy

- Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza na stronie pomiarczasuatelier.pl

Opłaty:

Bieg jest bezpłatny. Prosimy o przemyślane zapisy

Limit startujących Bieg 10km -100 osób

Mila Przymieska – 50 osób

Nordic Walking – 50 osób

Biegi dzieci 60 osób

Program zawodów:

1. Czas pracy biura zawodów biegów dzieci i młodzieży 9.00 – 9.45
2. Czas pracy biura zawodów Mili Parzymieskiej 09.00 – 11.00
3. Czas pracy biura zawodów biegu głównego i Nordic Walking 09.00 – 11.30
4. Otwarcie XXXII Biegu Abstynenta Pamięci Marka Grzyba 10.00- 10.10
5. Start biegów dzieci 10.15 – 10.50
6. Dekoracja i wręczanie nagród dla dzieci i młodzieży 11.00 – 11.20
7. Bieg na dystansie 1 Mili Parzymieskiej 11.30 – 11.50
8. Bieg główny na dystansie 10 km 12.00 – 13.20
9. Marsz Nordic Walking (NW) na dystansie 5 km 12.00 – 13.20
10. Dekoracja zwycięzców, wręczanie nagród i losowanie nagród niespodzianek dla uczestników biegu głównego i NW 13.30 – 14.00
12. Okolicznościowa przemowa wieloletniego dyrektora placówki Marka Grzyba 14.00
13. Koncert zespołu Baciary 14.30 – 16.00
14. Podsumowanie i zamknięcie imprezy. około 16.00

Przez cały czas trwania imprezy równoległe odbywać się będą nieodpłatne zabawy i konkursy dla dzieci i dorosłych

Prosimy o nie spóźnianie się do biura zawodów. W przypadku spóźnienia zawodnik nie otrzyma numeru startowego

Klasyfikacja:

Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn. Miejsca 1-3

Kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn

M16 16-29 lat

K16 16-29 lat

M30 30-39 lat

K30 30-39 lat

M40 40-49 lat

K40 40-49 lat

M50 50-59 lat

K50 50 lat i więcej

M60 60-69 lat

M70 70 lat i więcej

O przynależności do klasyfikacji wiekowych decyduje rok urodzenia.

Klasyfikacja środowisk trzeźwociowych miejsca od 1 -3

Klasyfikacja – sprawni inaczej miejsca od 1-3

Nagrody:

- Lista nagród biegu głównego: Nagrody finansowe. Wysokość nagród finansowych zostanie opublikowana na stronie wydarzenia 01.08.2024

- W poszczególnych kategoriach wiekowych nagrody finansowe

- Zawodnicy nagradzani w kategorii generalnej nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych

W Biegu Mila Parzymieska nagrody w klasyfikacji kobiet i mężczyzn nagrody finansowe

W Marszu Nordic Walking nagrody w klasyfikacji kobiet i mężczyzn nagrody finansowe

Klasyfikacja środowisk trzeźwociowych miejsca od 1 -3 – nagrody finansowe

Klasyfikacja – sprawni inaczej miejsca od 1-3 – nagrody – nagrody finansowe

Bieg kolorów dzieci

Bieg przedszkolaka dziewczynki ok 200m

Bieg Przedszkolaka chłopcy ok 200m

Bieg klasy 1-3 dziewczynki ok 400m

Bieg klasy 1-3 chłopcy ok. 400m

Bieg 4-6 dziewczynki ok 600m

Bieg 4-6 chłopcy ok. 600m

Bieg 7-8 startuje w ramach biegu mila Parzymieska ale prowadzona będzie dla tego biegu odrębna klasyfikacja

Zapisy do biegów dzieci odbywają się w dniu biegu, są bezpłatne. Każde dziecko otrzyma po biegu pamiątkowy medal, słodki upominek i upominek

Postanowienia końcowe:

- Koszty organizacyjne ponoszą organizatorzy
- Koszty osobowe ponoszą uczestnicy lub jednostki delegujące
- Pobrana opłata startowa nie podlega zwrotowi
- Uczestnicy zawodów pokonujący trasę biegu w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani
- Pomiar trasy odbywać się będzie za pomocą chipów jednorazowych
- Wszyscy uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz kultury osobistej,
w przeciwnym razie mogą podlegać wykluczeniu z udziału w biegu decyzją organizatora
- Organizator nie prowadzi depozytu rzeczy wartościowych
- Organizator nie ubezpiecza uczestników. Wszyscy uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie biegu
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora
- W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator