

XI Bieg SOŁECKI
Lubomia/Grabówka - 03.08.2025 r.

R E G U L A M I N

1. Nazwa biegu – XI BIEG SOŁECKI

2. Organizator - Dystans Lubomia,

3. Patronat - Sołtys wsi Lubomia, Sołtys wsi Grabówka

4. Termin i miejsce zawodów - 03.08.2025 r. Wiejski Dom Kultury Grabówka

5. Typ zawodów - bieg przełajowy, nordic walking

6. Cel imprezy:

- *Propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia,*
- *Popularyzacja aktywnej rekreacji wśród mieszkańców Gminy Lubomia i Gmin sąsiadujących,*
- *Promocja Sołectw Lubomia i Grabówka*

7. Biuro zawodów - Wiejski Dom Kultury Grabówka od godz. 14.30 do godz. 15.30 (dostępne toalety)

8. Godzina startu 16:00 – Parking przy WDK Grabówka

9. Meta – Parking przy WDK Grabówka

10. Warunki uczestnictwa:

- *Impreza ma charakter otwarty, prawo startu mają zrzeszeni i niezrzeszeni w klubach sportowych, którzy ukończyli 12 rok życia.*
- *Warunkiem udziału jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu długim lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem wydanym w biurze zawodów.*
- *Osoby od 12 do 18 roku życia muszą ponadto mieć pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego na udział w zawodach.*
- *Odebranie numeru startowego wraz z chipem zwrotnym przez uczestnika jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.*
- *Każdy uczestnik ma obowiązek zwrócić organizatorowi numer startowy z CHIPEM ELEKTRONICZNYM na podstawie, którego zostanie wydany posiłek.*
- *Po ukończeniu zawodów uczestnicy otrzymają pamiątkowe medale.*
- *Po zakończonych zawodach odbędzie się losowanie nagród. Nagrody należy odebrać osobiście.*

11. Zgłoszenia i opłata startowa:

- Rejestracja zgłoszeń oraz opłata startowa w kwocie **40,00 zł** odbywa się poprzez stronę internetową: <https://zapisy.personalbest.pl/xi-bieg-solecki-lubomia-v14554> do dnia 31.07.2025 r.
Opłata startowa w dniu zawodów wynosi 70,00 zł (płatność tylko gotówką) (jeżeli nie został osiągnięty limit uczestników)
- Za zgłoszenie uważa się prawidłowo wypełniony formularz elektroniczny na stronie www.zapisy.personalbest.pl oraz podpisanie oświadczenia o stanie zdrowia i wpłacenie opłaty startowej. O kolejności zapisów decyduje data zaksięgowania opłaty startowej na koncie organizatora.
- Wydawanie numerów startowych odbywać się będzie za okazaniem dokumentu tożsamości (dowodu osobistego lub paszportu) wraz z dowodem opłaty startowej (dowód wpłaty powinni mieć zawodnicy niezwyfikowani).
- Opłata startowa nie podlega zwrotowi, chyba że przyczyną zwrotu będą działania, za które odpowiedzialność ponosi Organizator.
- Za termin wpłaty przyjmuje się datę wpływu środków na konto Organizatora.
- Z opłaty startowej zwolnieni są członkowie stowarzyszenia Dystans Lubomia oraz osoby niepełnoletnie.

12. Dystans: bieg 5 km, nordic walking 2,5 km

13. Trasa

Zawody odbędą się na wyznaczonej i częściowo zabezpieczonej trasie po drogach utwardzonych i nieutwardzonych (bieg dwie pętle). Trasa jest oznakowana taśmą ostrzegawczą. Osoby, które zbiegną z wyznaczonej trasy mogą zostać zdyskwalifikowane. Pomylenie trasy biegu przez Zawodnika nie może być podstawą żadnych roszczeń wobec Organizatora, a w szczególności do zwrotu opłaty startowej.

14. Regulamin zachowania się uczestników biegu:

- Uczestnicy mają obowiązek poruszania się tylko wytyczonymi przez organizatora pasami dróg.
- Uczestnicy muszą bezwzględnie podporządkować się wszystkim poleceniom osób zabezpieczających trasę biegu.
- W przypadku jakiegokolwiek kontuzji lub innych przyczyn uczestnik jest zobowiązany do zejścia na pobocze drogi i oczekiwania na pomoc medyczną.

15. Weryfikacja zawodników

Wydanie numerów startowych odbędzie się w biurze zawodów na terenie WDK Grabówka.

16. Nagrody:

- dla zwycięzców w kategorii **bieg „K1”** kobiet (12-39 lat) za miejsca I – III nagrody rzeczowe;
- dla zwycięzców w kategorii **bieg „K2”** kobiet (od 40-go roku życia) za miejsca I – III nagrody rzeczowe;
- dla zwycięzców w kategorii **bieg „M1”** mężczyzn (12-39 lat) za miejsca I – III nagrody rzeczowe;
- dla zwycięzców w kategorii **bieg „M2”** mężczyzn (od 40-go roku życia) za miejsca I – III nagrody rzeczowe;
- Dla zwycięzców w kategorii **nordic walking** open kobiet za miejsca I - III nagrody rzeczowe;
- Dla zwycięzców w kategorii **nordic walking** open mężczyzn za miejsca I - III nagrody rzeczowe;

17. Uwagi końcowe:

- Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne,
- Limit czasowy na ukończenie zawodów wynosi 1 godz.
- Limit uczestników – 100 os., zawodnicy startują na własną odpowiedzialność,
- Za ubezpieczenie uczestników odpowiedzialne są macierzyste kluby, stowarzyszenia, organizacje, rodzice lub opiekunowie prawni zgłaszających zawodników do zawodów,
- W czasie trwania zawodów organizator zapewnia opiekę medyczną,
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora
- Koszty organizacyjne pokrywają organizatorzy,
- Czas mierzony będzie sposobem elektronicznym – ZWROTNE CHIPY w numerach startowych
- Organizator zapewnia uczestnikom ciepły posiłek po zakończeniu biegu
- Zakończenie zawodów i wręczenie nagród ok. godz. 17.30 – WDK Grabówka
- Zawodnicy mogą wnieść protest do 15 minut po zakończeniu biegu i po uiszczeniu opłaty w wysokości 100 zł (w przypadku uzasadnionego protestu opłata będzie zwracana zawodnikowi)

18. Informacja:

Informacje na temat biegu można uzyskać pod nr tel. 509636969