

# **Regulamin X Biegu Niepodległości „Nowosarzyńska Jedenastka”**

## **ORGANIZATORZY:**

Stowarzyszenie „Nasza Mała Ojczyzna” w Nowej Sarzynie

Stowarzyszenie „Nowosarzyńska Grupa Biegowa”

Burmistrz Miasta i Gminy Nowa Sarzyna

## **WSPÓŁORGANIZATORZY:**

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Nowej Sarzynie

8 Drużyna Harcerska "Kameleon" w Nowej Sarzynie

I Liceum Ogólnokształcące w Nowej Sarzynie

Szkolne Koło PCK przy Szkole Podstawowej w Sarzynie

Centrum Kultury i Biblioteka w Nowej Sarzynie

## **PARTNERZY MEDIALNI:**

Sarzyński Serwis Informacyjny sarzyna.info

Nowosarzyńska Telewizja Kablowa „Lokaltel”

Pismo „Azalia”

## **Termin i miejsce**

Sobota, 8 listopada 2025 r., Nowa Sarzyna

## **Bieg główny**

Dystans 11 km, nawierzchnia ok. 40% asfalt/kostka, 60% terenowa, konfiguracja trasy – płaska z niewielkimi podbiegami. Na 6-7 km ustawiony zostanie punkt żywieniowy (woda mineralna niegazowana, owoce).

Ze względu na układ komunikacyjny miasta każdego zawodnika obowiązuje limit pokonania trasy 1,5 godz. Zawodnik, który nie mieści się w limicie czasu, może kontynuować bieg, ale tylko po chodniku zgodnie z zasadami ruchu pieszych i od tego momentu nie jest już uczestnikiem zawodów, lecz pieszym.

## **Nordic walking**

Dystans ok. 7,5 km, początkowe 4 km trasy jak w biegu głównym, dalszy odcinek z przewagą dróg terenowych. W miejscu rozgałęzienia tras biegu i nw ustawiony zostanie punkt z napojami.

Ze względu na układ komunikacyjny miasta każdego zawodnika obowiązuje limit pokonania trasy 1,5 godz. Zawodnik, który nie mieści się w limicie czasu, może kontynuować marsz, ale tylko po chodniku zgodnie z zasadami ruchu pieszych i od tego momentu nie jest już uczestnikiem zawodów, lecz pieszym.

## Bieg młodzieżowy

Grupa młodsza – dystans ok. 650 m, nawierzchnia 100% asfalt/kostka, konfiguracja trasy – całkowicie płaska. Uczestnikami mogą być dziewczęta i chłopcy urodzeni w roku 2013 i młodsi.

Grupa starsza – dystans ok. 1,5 km, nawierzchnia 100% asfalt/kostka, konfiguracja trasy – całkowicie płaska. Uczestnikami mogą być dziewczęta i chłopcy urodzeni w latach 2010-2012.

## Program szczegółowy

9:30 - otwarcie biura zawodów (biuro mieścić się będzie w Miejskim Ośrodku Sportu i Rekreacji w Nowej Sarzynie, ul. Konopnickiej 2)

10:40 - zamknięcie biura zawodów dla uczestników biegu młodzieżowego

11:00 - start biegu młodzieżowego (grupa młodsza)

11:15 - start biegu młodzieżowego (grupa starsza)

11:40 - zamknięcie biura zawodów dla uczestników biegu głównego i nordic walking

ok. 11:45 - wręczenie nagród zwycięzcom biegu młodzieżowego

11:55 - powitanie zawodników na linii startu, hymn narodowy

12:00 - start biegu głównego i nordic walking

ok. 13:45 - wręczenie nagród zwycięzcom biegu głównego i nordic walking, losowanie nagród niespodzianek.

## Klasyfikacja

**1. W biegu głównym** generalna kobiet i mężczyzn, drużynowa oraz w kategoriach wiekowych:

|        |   |        |           |              |
|--------|---|--------|-----------|--------------|
| K16-35 | i | M16-35 | do 35 lat | (1990 i mł.) |
| K36-45 | i | M36-45 | 36-45 lat | (1980-1989)  |
| K46-55 | i | M46-55 | 46-55 lat | (1970-1979)  |
| K56+   | i | M56+   | 56-99 lat | (1969 i st.) |

**2. W zawodach nordic walking** generalna kobiet i mężczyzn oraz w kategoriach wiekowych:

|        |   |        |           |              |
|--------|---|--------|-----------|--------------|
| K16-35 | i | M16-35 | do 35 lat | (1990 i mł.) |
| K36-45 | i | M36-45 | 36-45 lat | (1980-1989)  |
| K46-55 | i | M46-55 | 46-55 lat | (1970-1979)  |
| K56+   | i | M56+   | 56-99 lat | (1969 i st.) |

**3. W biegu młodzieżowym** generalna dziewcząt i chłopców w grupie starszej, generalna dziewcząt i chłopców w grupie młodszej.

## Pomiar czasu

Organizatorzy zapewniają elektroniczny pomiar czasu.

## **Nagrody – okolicznościowe statuetki**

### **1. W biegu głównym**

- mężczyźni – klasyfikacja generalna – miejsca I-III
- kobiety – klasyfikacja generalna – miejsca I-III
- w kategoriach wiekowych K i M – miejsca I-III\*
- drużynowa – miejsca I-III\*\*
- najszybsza mieszkanka i najszybszy mieszkaniec Miasta i Gminy Nowa Sarzyna – miejsce I

### **2. W zawodach nordic walking**

- mężczyźni – klasyfikacja generalna – miejsca I-III
- kobiety – klasyfikacja generalna – miejsca I-III
- w kategoriach wiekowych K i M – miejsca I-III\*
- najszybsza mieszkanka i najszybszy mieszkaniec Miasta i Gminy Nowa Sarzyna – miejsce I

\*) Zawodnicy nagrodzeni w klasyfikacji generalnej **nie będą** nagradzani w kategoriach wiekowych.

\*\*) Nagrodę otrzyma drużyna, której suma czasów czterech zawodników (w tym min. 1 kobiety) będzie najniższa. **Skład drużyny musi być zgłoszony organizatorom co najmniej 3 dni przed biegiem.**

### **3. W biegu młodzieżowym**

Grupa młodsza - dziewczęta – miejsca I-III i chłopcy – miejsca I-III.

Grupa starsza - dziewczęta – miejsca I-III i chłopcy – miejsca I-III.

**Organizatorzy mogą ufundować dodatkowe nagrody rzeczowe.**

**Wszyscy uczestnicy biegu głównego i nordic walking będą mogli wziąć udział w losowaniu nagród niespodzianek.**

### **Limity uczestników:**

Ze względu na potrzebę zapewnienia bezpieczeństwa uczestnikom biegu organizatorzy wprowadzają ograniczenia liczby uczestników:

- biegu głównego – do 150 osób,
- zawodów nordic walking – do 50 osób,
- biegów młodzieżowych – 75 osób w grupie młodszej i 75 w grupie starszej.

Organizatorzy mogą dokonać przesunięć w ramach powyższych limitów bądź nieznacznie zwiększyć w/w limity w dniu imprezy.

## **Uczestnictwo:**

- do startu w biegu głównym i zawodach nordic walking dopuszczeni zostaną zawodnicy, którzy ukończyli 16-ty rok życia i podpiszą oświadczenie,
- zawodnicy niepełnoletni muszą posiadać zgodę rodziców na uczestnictwo w biegu,
- uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu lub zawodach nordic walking wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych, w tym śmierci,
- przekazanie organizatorowi podpisanej karty zgłoszenia oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w imprezie i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko startując w biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność,
- pobranie numeru startowego przez zawodnika oznacza, że zawodnik zapoznał się z regulaminem zawodów, akceptuje go i zobowiązuje do jego przestrzegania,
- wszyscy zawodnicy muszą w biurze zawodów w dniu imprezy okazać dowód osobisty lub paszport do kontroli daty urodzenia,
- zawody odbędą się w ograniczonym ruchu ulicznym, każdy zawodnik ma obowiązek zachować szczególną ostrożność podczas imprezy,
- uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz wizerunku,
- każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem zawodów i zobowiązany jest do jego przestrzegania,
- zawodnik, który nie mieści się w limicie czasu może kontynuować zawody, ale tylko po chodniku zgodnie z zasadami ruchu pieszych i od tego momentu nie jest już uczestnikiem biegu, lecz pieszym.

## **Wpisowe**

Wpisowe do biegu głównego i zawodów nordic walking wynosi:

- **60 zł bieg, 55 zł nw** dla wpłat dokonanych **do 30 września 2025 r.**,
- **70 zł bieg, 65 zł nw** dla wpłat dokonanych **do 31 października 2025 r.**,
- **90 zł bieg, 85 zł nw** dla wpłat dokonanych **w listopadzie**, w tym gotówką w biurze zawodów.

Za pełne zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego i uregulowanie wpisowego. Tylko osoby, które dokonają pełnego zgłoszenia zostaną umieszczone na liście uczestników. Wpisowe należy przekazywać na konto:

**Stowarzyszenie „Nowosarzyńska Grupa Biegowa”**

**Sarzyna 246, 37-310 Nowa Sarzyna**

Numer konta: **52 9430 1058 1005 4417 2000 0001**

Tytuł płatności: **Imię i nazwisko - wpisowe do Biegu Niepodległości**

Opłata raz wpłacona nie podlega zwrotowi w żadnym przypadku, za zgodą organizatora może być przeniesiona na innego zawodnika. Nie ma możliwości wystawienia faktury.

Udział w biegu młodzieżowym jest bezpłatny.

**W ramach wpisowego zawodnik otrzymuje pakiet, obejmujący:**

- okolicznościowy medal,
- numer startowy (dla zawodników zapisanych do biegu głównego lub nordic walking, którzy wnieśli opłatę w terminie do dnia 15 października 2025 r. – z wydrukowanym imieniem lub innym tekstem do 40 znaków, zaproponowanym przez uczestnika),
- obsługę informatyczną mierzenia czasu biegu,
- wodę mineralną i owoce na trasie oraz mecie,
- posiłek po biegu,
- logistykę zaplecza przed i po biegu,
- udział w losowaniu nagród niespodzianek.

**UWAGA – organizatorzy gwarantują pełny pakiet startowy dla pierwszych 150 zapisanych zawodników biegu głównego i pierwszych 50 zapisanych zawodników nordic walking. Decyduje kolejność wpływu wpisowego na konto bankowe.**

**Organizatorzy zapewniają medale również dla uczestników biegów młodzieżowych, zgłoszonych w ramach limitu.**

**Zgłoszenia**

- zgłoszeń do biegu głównego i zawodów nordic walking należy dokonywać przez stronę www

<https://dostartu.pl/x-bieg-niepodleg-osci-nowosarzynska-jedenastka-v14725> do dnia 7 listopada 2025 r. (z zastrzeżeniem zamknięcia listy po osiągnięciu limitu uczestników),

- zgłoszenia do biegów młodzieżowych dokonują w terminie do 4 listopada 2025 r. wyłącznie szkoły, po tym terminie, jeśli nie zostaną osiągnięte limity uczestników, możliwa będzie rejestracja indywidualna,

- pytania we wszelkich sprawach dotyczących biegu można zadawać za pośrednictwem poczty elektronicznej [bieg.ns@gmail.com](mailto:bieg.ns@gmail.com).

Każdy zawodnik ma obowiązek wcześniejszego sprawdzenia, czy jego zgłoszenie zostało ujęte na liście startujących - w dniu biegu organizator nie przyjmuje żadnych reklamacji z tym związanych.

**Organizatorzy apelują do uczestników, którzy nie będą korzystać z koszulek klubowych, o udział w biegu w barwach białoczerwonych, białych lub czerwonych.**

**Ostateczna interpretacja regulaminu należy wyłącznie do organizatora.**