

XXIV BIEG MIKOŁAJKOWY „POWITANIE ZIMY” 2025

REGULAMIN

CEL:

- Popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej i sposobu na zdrowe spędzanie czasu wolnego;
- Popularyzacja Nordic Walking jako ogólnodostępnej formy rekreacji ruchowej;
- Promocja turystycznych walorów Jarosławca i jego okolic;

ORGANIZATORZY:

- Gmina Postomino;
- Centrum Kultury i Sportu w Postominie;

PARTNERZY:

- Szkoła Podstawowa w Jarosławcu;

TERMIN I MIEJSCE:

- 6 grudnia 2025 r. - START i META – okolice latarni morskiej w Jarosławcu, ul. Szkolna.

POMIAR CZASU:

- Elektroniczny z wykorzystaniem „chipów”;

ZAPISY:

- **Biegi Młodzieżowe, Bieg 10km oraz Marsz Nordic Walking:**

zapisy internetowe do **27 listopada 2025 r. do godz. 23:59 !!!**

Po tym terminie w przypadku niewyczerpania limitów w biurze zawodów - sala sportowa przy Szkole Podstawowej w Jarosławcu, ul. Bałtycka.

Limit uczestników:

- Biegu Głównego na 10.000m - **200 uczestników**.
- limit Marszu Nordic Walking - **50 uczestników**;
- limit Biegów Młodzieżowych - **250 uczestników**;
- Na liście startowej ukażą się zawodnicy, którzy dokonali pełnego zgłoszenia wraz z opłatą.
- Samo zgłoszenie nie gwarantuje startu w biegu lub marszu.

SEKRETARIAT:

Sala sportowa przy Szkole Podstawowej w Jarosławcu, ul. Bałtycka 65B - czynny od godz. 9:00;

- odbiór numerów startowych:
 - do godz. 10.45 - odbiór kart startowych dzieci i młodzież;
 - do godz. 12.00 – Nordic Walking;
 - do godz. 12.30 – Bieg główny.

TRASA:

- Uliczkami Jarosławca, ze startem i metą w okolicach latarni morskiej, ul. Szkolna – bruk, asfalt, dukt leśny, droga szutrowa

PROGRAM:

- **XXIV OGÓLNOPOLSKIE BIEGI MŁODZIEŻOWE „Powitanie Zimy 2025”:**
 - 11⁰⁰ – bieg na dystansie 600 m dziewcząt – rocznik 2015 i młodsze;
 - 11¹⁰ – bieg na dystansie 600 m chłopców – rocznik 2015 i młodszy;
 - 11²⁰ – bieg na dystansie 800 m dziewcząt – rocznik 2013 - 2014;
 - 11³⁰ – bieg na dystansie 800 m chłopców – rocznik 2013 - 2014;
 - 11⁴⁰ – bieg na dystansie 1.000 m dziewcząt – rocznik 2011 -2012;
 - 11⁵⁰ – bieg na dystansie 1.000 m chłopców – rocznik 2011 -2012;
 - 12⁰⁰ – bieg na dystansie 1.200 m dziewcząt – rocznik 2010;
 - 12¹⁰ – bieg na dystansie 1.200 m chłopców – rocznik 2010;
- **12²⁰ – XVI MIKOŁAJKOWE 2 MILE MORSKIE NORDIC WALKING „Powitanie Zimy 2025”**
na dystansie 3.704 m;
- **13⁰⁰ – XXIV OGÓLNOPOLSKI BIEG MIKOŁAJKOWY „Powitanie Zimy 2025”**
na dystansie 10 km.

NAGRODY:

- Wszyscy uczestnicy otrzymują medal i słodki upominek;

XXIV OGÓLNOPOLSKIE BIEGI MŁODZIEŻOWE „Powitanie Zimy 2025”:

- miejsca I każdego z biegów – Puchar;
- miejsca I-III każdego z biegów – nagrodę rzeczową

XVI MIKOŁAJKOWE 2 MILE MORSKIE NORDIC WALKING „Powitanie Zimy 2025”:

- miejsca I-III w klasyfikacji open kobiet i mężczyzn – okolicznościowe puchary;
- miejsca I-III w klasyfikacji open kobiet i mężczyzn – upominki;

XXIV OGÓLNOPOLSKI BIEG MIKOŁAJKOWY „Powitanie Zimy 2025”:

- miejsca I-III w klasyfikacji OPEN kobiet i mężczyzn – nagrody pieniężne (500zł, 300zł, 200zł) oraz okolicznościowe puchary i statuetki;
- miejsca IV-VI w klasyfikacji OPEN kobiet i mężczyzn – nagrody rzeczowe;
- najstarszy zawodnik, zawodniczka biegu - nagrody rzeczowe;
- najlepszy zawodnik, zawodniczka z terenu Powiatu Sławieńskiego i Gminy Postomino – upominki;
- w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn: 16-19 lat, 20-29 lat, 30-39 lat, 40-49 lat, 50-59 lat, 60-69 lat, 70 lat i więcej za miejsca I-III - okolicznościowe puchary;
- pamiątkowe medale na mecie.
- unikatowe koszulki przy dopłacie **40,00 zł do 16 listopada 2025 r.**

OPŁATA STARTOWA:

- Opłaty za udział w **XXIV Ogólnopolskim Biegu Mikołajkowym** oraz w **XVI Mikołajkowych 2 Milach Morskich Nordic Walking** wnosi się poprzez płatność online – przekierowanie do płatności w formularzu zgłoszeniowym (link na stronie internetowej www.ckis.postomino.pl) lub przelewem na konto bankowe
- Organizatora:
Centrum Kultury i Sportu w Postominie
76-113 Postomino 97
Bank Spółdzielczy w Ustce, Oddział w Postominie
15-9315-0004-0022-3861-2000-0010
Z dopiskiem – Bieg Mikołajkowy/Mikołajkowy Nordic Walking, nazwisko, imię zawodnika.
- **Wysokość opłaty uzależniona od terminu wpłaty:**
 - do dnia 16 listopada 2025 r. :
 - **bez koszulki 60,00 zł ;**
 - **z koszulką 100,00 zł;**
 - do dnia 27 listopada 2025 r.
 - **70,00 zł (bez koszulki);**
 - po upływie w/w terminu opłata wynosi **80,00 zł (bez koszulki)** i będzie można ją uiścić wyłącznie gotówką w Sekretariacie Biegu, przy odbiorze numeru startowego.

- **Zwolnieni z opłat są:**
 - członkowie Klubu Biegacza „Bryza” Postomino;
 - zawodniczkom, które w dniu 6 grudnia 2025 r. mają ukończony 60 rok życia (urodzone przed 6 grudnia 1965 r.) przysługują zniżka w wysokości 50%;
 - zawodnikom, którzy w dniu 6 grudnia 2025 r. mają ukończony 65 rok życia (urodzeni przed 6 grudnia 1960 r.) przysługują zniżka w wysokości 50%;
 - **UWAGA!!! Zwolnienia z opłat dotyczą uczestników zapisanych elektronicznie do dnia 27 listopada 2025 r. Po tym terminie zwolnienia nie obowiązują!**
- Nie ma możliwości zwrotu wniesionej przez zawodnika opłaty– nawet w przypadku nie wzięcia udziału w Biegu;
- Wniesienie opłaty nie upoważnia zawodnika do otrzymania medalu, pakietu sponsorskiego czy innych świadczeń, które przysługują albo wydawane są wyłącznie osobom biorącym udział w Biegu.

WARUNKI UCZESTNICTWA:

- Zawodnicy biegu na dystansie 10.000 m i marszu Nordic Walking muszą:
 - mieć ukończone 16 lat;
 - złożyć w Biurze Biegu aktualne badania lekarskie lub własnoręcznie podpisane oświadczenie o stanie zdrowia (w przypadku osób niepełnoletnich oświadczenie w ich imieniu składa opiekun prawny);
 - do biegów młodzieżowych dopuszczeni są zawodnicy w odpowiednich kategoriach wiekowych;
 - Organizatorzy, w celu weryfikacji wieku zawodników mogą żądać okazania legitymacji szkolnej lub innego dokumentu poświadczającego wiek zawodnika;
 - Zawodnikom, którzy dokonają zgłoszenia elektronicznego i opłaty do dnia 16 listopada 2025 r., organizator gwarantuje zadeklarowany w formularzu zgłoszeniowym rozmiar koszulki;

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

- koszty organizacyjne pokrywają Organizatorzy;
- Organizatorzy nie zapewniają noclegów;
- opiekę medyczną, obsługę sędziowską zapewniają Organizatorzy;
- uczestnicy ubezpieczeni są od następstw nieszczęśliwych wypadków;
- Organizatorzy zapewniają szatnię w Szkole Podstawowej w Jarosławcu, ul. Bałtycka 65B;
- wszyscy uczestnicy otrzymują gorący posiłek w wyznaczonej przez Organizatora stołówce;
- bieg odbędzie się bez względu na pogodę;
- interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Organizatorów;

SERDECZNIE ZAPRASZAMY
