

Regulamin 5 z PASJĄ „XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny” Słupca, dnia 4 września 2026

ZALICZANY DO TRÓJBOJU SŁUPECKIEGO (4/5.09.2026r.)

I. CEL IMPREZY:

Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej.

Promocja zdrowego stylu życia.

Promocja Miasta Słupca.

II. ORGANIZATOR:

1. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Słupcy, ul. Kopernika 13, 62-400 Słupca, tel. 797024471,

www.mosirsłupca.pl.

2. Urząd Miasta Słupca

3. YO&GO Events

III. TERMIN i MIEJSCE:

Bieg odbędzie się w dniu 4 września 2026 r. (piątek) o godzinie 20:00 „5 z PASJĄ” – XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny

Start i meta parking pływalnia MOSiR ul. Batorego 3, Słupca

Biuro zawodów: pływalnia MOSiR Słupca.

IV. PROGRAM IMPREZY:

BIEG – 4 września 2026

19:00-19:45 – Potwierdzenie zapisów, odbiór numerów startowych,

20:00 – Start do biegu „5 z PASJĄ” - XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny

21:00 – Zakończenie biegu „5 z PASJĄ” – XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny (5 km)

V. TRASA i DYSTANS:

„5 z PASJĄ” – XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny - dystans

5 km trasa ulicami miasta Słupcy /ul. Batorego, ul. Kopernika, Poznańska, Warszawska, Mariana Jareckiego, Powstańców Wielkopolskich, Marii Konopnickiej, Traugutta, Kopernika, Batorego/ asfalt.

VI. WARUNKI UCZESTNICTWA:

„5 z PASJĄ” – XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny

1. Prawo startu mają osoby, które podpiszą oświadczenie, że startują na własną odpowiedzialność. Osoby powyżej 16 roku życia do 18 lat muszą mieć pisemną zgodę prawnego opiekuna.

2. Limit uczestników biegu wynosi 120 osób, organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wypełnienia limitu zgłoszeń.

3. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów.

4. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.

5. Limit czasu ukończenia biegu wynosi 1 godz.

6. Wpisowe 50 zł.

VII. ZGŁOSZENIA:

1. Zgłoszenia do udziału w biegu „5 z PASJĄ” – XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny, przyjmowane będą przez dostart.pl. Nieprawidłowe wypełnienie zgłoszenia przez uczestnika zwalnia organizatora z wszelkich następstw. Podpisanie oświadczenia jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu i zgodą na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku uczestnika imprezy dla potrzeb Biegu i Organizatora.

VIII. KLASYFIKACJA:

Bieg „5 z PASJĄ” – XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny ma charakter imprezy rekreacyjnej i jego głównym celem jest zabawa oraz propagowanie aktywnego spędzania czasu wolnego.

IX. UPOMINKI:

Bieg „5 z PASJĄ” – XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny – zawodnicy, którzy ukończyli bieg w wymaganym czasie, otrzymają medale oraz pakiety startowe.

X. ŻYWIENIE:

1. Każdy zawodnik, który dokonał zgłoszenia w biurze zawodów otrzyma darmowy bon na posiłek, który udostępniony będzie po ukończeniu zawodów.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.

2. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu (na starcie i mecie)

3. Każdego zawodnika obowiązuje estetyczny ubiór sportowy i obuwie sportowe adekwatne do danej dyscypliny.

4. Szatnie, natryski, posiłek po biegu na kompleksie pływalni i hali MOSiR Słupca.

5. Organizator zastrzega sobie prawo odmowy dopuszczenia do biegu zawodnika, który w rażący sposób naruszył regulamin biegu lub swoim zachowaniem zakłócił przebieg takiego biegu.

6. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora. Aktualne informacje na stronie www.mosirsłupca.pl.

Organizatorzy

REGULAMIN ZAWODÓW W TRÓJBÓJU SŁUPECKIM (BIEG, STRZELANIE, PŁYWANIE)

4-5 września 2026

I. Cel zawodów

- Popularyzacja wszechstronnego rozwoju fizycznego i sportów wieloboju.
- Wyłonienie najlepszego wszechstronnego zawodnika
- Promocja bezpiecznego i sportowego współzawodnictwa.

II. Organizator i termin

Organizator: Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Słupcy, ul. Kopernika 13, 62-400 Słupca, tel. 797024471, www.mosirslupca.pl.

Urząd Miasta Słupca

YO&GO Events

Sportmania Słupca

Słupecka Organizacja Strzelecka FORT

Zarząd Powiatowy Ligi Obrony Kraju w Słupcy

Termin i miejsce:

Słupecki Trójbój (bieg, pływanie, strzelanie) 4-5.09.2026r.

- **Bieg** odbędzie się w dniu **4 września 2026 r. (piątek) o godzinie 20:00**, dystans 5km w ramach biegu „5 z PASJĄ” – XII Rekreacyjny Nocny Bieg Uliczny
- Start i meta parking pływalnia MOSiR ul. Batorego 3, Słupca
- Biuro zawodów: Pływalnia MOSiR Słupca.
 - **Pływanie** odbędzie się w dniu **5 września 2026r. (sobota) w godzinach 10:00** (dystans: 500 m stylem dowolnym)
- Miejsce: Pływalnia Miejska Słupca ul. Batorego 3, Słupca
- Biuro zawodów: Pływalnia Miejska Słupca
- 3 **Strzelanie** odbędzie się w dniu **5 września 2026r. (sobota) w godzinach 12:00**
- Miejsce: sala w hali widowiskowo – sportowej w Słupcy (salka numer 3)
- Biuro zawodów: Hala Sportowo-widowiskowa (biuro numer 2)

Kolejność strzelania będzie taka sama jak kolejność startu w pływaniu.

Osoba kontaktowa: Agnieszka Kończak-Górniak i Jacek Mikołajczyk **tel. 797 024 471**

III. Uczestnictwo i kategoria

1. W **Trójbój Słupeckim** mogą wziąć udział osoby pełnoletnie (ukończone 18 lat w dniu startu). Osoby niepełnoletnie mogą wystartować za pisemną zgodą rodziców/opiekunów prawnych.
2. Kategoria ma charakter otwarty – startują w niej wspólnie kobiety i mężczyźni z podziałem na klasyfikację generalną (kategoria kobiet i kategoria mężczyzn)
3. Warunkiem dopuszczenia do startu jest:

Zgłoszenia do udziału w **Trójboju Słupeckim** przyjmowane będą przez **dostartu.pl**. Nieprawidłowe wypełnienie zgłoszenia przez uczestnika zwalnia organizatora z wszelkich następstw. Podpisanie oświadczenia jest równoznaczne z akceptacją regulaminu Trójboju Słupeckiego i zgodą na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku uczestnika imprezy dla potrzeb Trójboju Słupeckiego.

Zgłoszenia do udziału w Trójboju Słupeckim, przyjmowane będą przez **dostartu.pl**. Nieprawidłowe wypełnienie zgłoszenia przez uczestnika zwalnia organizatora z wszelkich następstw. Podpisanie oświadczenia jest równoznaczne z akceptacją regulaminu trójboju i zgodą na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku uczestnika imprezy.

Wpisowe 80 zł.

Warunkiem przeprowadzenia Trójboju Słupeckiego jest zgłoszenie się do niego **minimum 10 uczestników**.

IV. Konkurencje i przebieg zawodów

Zawody składają się z trzech następujących po sobie konkurencji:

1. Bieg uliczny 5 z Pasją (dystans: 5000 m)

- Miejsce: trasa wiedzie ulicami Słupcy, 4 września, godz. 20:00.
- Start wspólny.
- Obowiązuje ubiór sportowy i obuwie biegowe.

2. Pływanie (dystans: 500 m stylem dowolnym)

- Miejsce: Pływalnia Miejska Słupca, 5 września, godz. 10:00
- Start ze słupka lub z wody.
- Obowiązuje strój pływacki. Zakaz używania sprzętu wspomagającego (płetwy, łapki itp.).

3. Strzelanie

- Miejsce: sala w hali widowiskowo – sportowej w Słupcy (salka numer 3), 5 września, godz. 12:00
- Odległość: 10m do tarcz elektronicznych SIUS-KPN .
- Karabinek pneumatyczny, kaliber 4,5mm, mechanicznie przyrządy celownicze
- Czas: 15 minut na strzały próbne i strzały oceniane
- 3 strzały próbne (nieobowiązkowe) i 10 strzałów ocenianych
- Postawa stojąca, strzelanie z wolnej ręki
- Broń i amunicja zapewnia organizator.

V. Zasady punktacji i klasyfikacja

1. O wyniku końcowym decyduje system punktacji za zajęte miejsca w poszczególnych konkurencjach.

2. Warunkiem jest ukończenie wszystkich 3 konkurencji.
3. Za zajęcie pierwszego miejsca w danej konkurencji dostaje się 1 punkt, za drugie miejsce – 2 punkty, itd.
4. Wyłonienie zwycięzcy: Wygrywa ten, kto po 3 konkurencjach uezbiera **NAJMNIEJSZĄ** liczbę punktów.
5. W przypadku równej liczby punktów o wyższym miejscu decyduje lepszy wynik uzyskany w konkurencji biegowej.

VI. Nagrody

1. Zawodnicy w Trójboju Słupeckim z miejsc I–III w kategorii OPEN kobiet i mężczyzn otrzymują pamiątkowe puchary oraz nagrody rzeczowe.

VII. Przepisy bezpieczeństwa

1. Wszyscy uczestnicy mają obowiązek bezwzględnego stosowania się do poleceń sędziów na trasie biegowej, pływalni i strzelnicy
2. Na strzelnicy wolno wyjmować i obsługiwać broń wyłącznie na wyraźną komendę sędziego stanowiskowego.
3. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zgubione lub zniszczone w trakcie trwania imprezy.
4. Organizator zapewnia opiekę medyczną (ratownik/medyk) w trakcie trwania zawodów.

VIII. Postanowienia końcowe

1. Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Sędziego Głównego i Organizatora zawodów.
2. W sprawach nieobjętych regulaminem decydują ogólne przepisy bezpieczeństwa i zdrowego współzawodnictwa sportowego.

Organizatorzy