

Regulamin

Biegu oraz Marszu Nordic Walking – w ramach XV Biegu Po Głębokich Dołach

Organizatorzy

1. Organizatorami Biegu oraz Marszu Nordic Walking w ramach XV Biegu po Głębokich Dołach jest: Głębokie Doły Team

Strona wydarzenia: <https://www.facebook.com/events/208677271430786>

Kontakt e-mail: glebokie.doly@o2.pl

Kontakt telefoniczny: +48 512 228 114 lub 512228093

Cel

1. Propagowanie i promowanie zdrowego stylu życia poprzez sport.
2. Propagowanie i promowanie prawidłowej techniki chodu Nordic Walking.
3. Popularyzacja uprawiania Biegania oraz Nordic Walking jako czynnej formy wypoczynku i rekreacji wśród mieszkańców powiatu Rybnickiego oraz rozwijanie zainteresowań aktywnym wypoczynkiem na co dzień.
4. Integracja środowisk w różnych grupach wiekowych.
5. Współzawodnictwo oparte na zasadach Fair Play.

Termin i miejsce

1. Termin: 14 maja 2023 roku

2. Miejsce/Biuro organizacyjne: Książenice, ul. Klimka

(biuro czynne w dniu zawodów godzinach od 9.00 do 10.45)

3. Start Biegu: godzina 11.00 – 5km, 10km
4. Start Marszu Nordic Walking: godzina 11.05 – 5 km
5. Start Biegu dla dzieci: ok 10.00

6. Trasa:

- Bieg i Marsz Nordic Walking – trasa 5 km (1x pętla)
- Bieg – trasa 10 km (1x pętla 10 km +/- 600m)
- Bieg – trasa 10km z Bonusem (dystans podany będzie w dniu zawodów)
- Bieg dla dzieci – trasa 100m, 400m

Nawierzchnia: ścieżki leśne, szuter, całkowity brak asfaltu. Na wszystkich kluczowych zakrętach i rozwidleniach trasa będzie zabezpieczona.

7. Pomiar czasu: elektroniczny

Uczestnictwo

1. Wszyscy uczestnicy zawodów muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów.
2. W zawodach głównych mogą brać udział dzieci od 15 roku życia wyłącznie pod opieką opiekuna prawnego.
3. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty lub inny dokument potwierdzający tożsamość. Warunkiem dopuszczenia zawodnika będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o starcie w zawodach na własną odpowiedzialność.
4. Organizatorzy nie ubezpieczają zawodników na czas Biegu oraz Marszu, oraz nie zapewniają służb medycznych.
5. Uczestnicy startują wyłącznie na swoją odpowiedzialność.
6. Warunkiem udziału w biegu jest wypełnienia oświadczenia dotyczącego stanu zdrowia w związku z COVID 19.
7. Uczestnik podpisując kartę zgłoszeniową / oświadczenie - akceptuje warunki regulaminu.
8. Przyjęcie numeru startowego, oznacza akceptację regulaminu.
9. Limit miejsc: 200 osób. Oraz 50 dzieci.
10. Jeżeli limit uczestników nie zostanie osiągnięty będzie możliwość zapisania się na miejscu w biurze zawodów
11. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.

Zgłoszenia

1. Zgłoszenia na bieg dorosłych, dzieci oraz marsz NW odbędą się drogą elektroniczną.
2. Opłata startowa biegu i marszu wynosi 40,00 zł, wpłat należy dokonywać drogą elektroniczną, na wskazany przy zapisach rachunek bankowy. Zapisy będą trwały do 10 maja lub osiągnięcia limitu zawodników opłaconych.
3. Opłata startowa biegu dzieci wynosi 5zł
4. Zgłoszenia będą również możliwe w dniu zawodów, jeżeli nie zostanie osiągnięty limit uczestników w godzinach: 9:00 – 10:30 opłata startowa w dniu zawodów wynosi 50zł

Klasyfikacja i Nagrody

1. Nie przewiduje się nagród. Na pewno będą dyplomy.
2. Przewiduje się słodki upominek dla wszystkich dzieci startujących w zawodach.

3. Dla każdego uczestnika Biegu oraz Marszu Nordic Walking gwarantujemy :
pamiątkowy medal, kielbasa z bułką do upieczenia na ognisku na miejscu, butelka wody,
rewelacyjną trasę i pogodę – nie wiadomo tylko jaką.
4. Wyniki z zawodów zostaną opublikowane na stronie wydarzenia.

Ochrona wizerunku i dane osobowe

Uczestnicy Biegu i NW wyrażają zgodę na publikację ich wizerunku w relacjach z Biegu zamieszczonych na stronie Organizatora, w mediach, innych zdarzeniach mających związek z biegiem Po Głębokie Dołach oraz materiałach promocyjnych Biegu i NW. Wszyscy uczestnicy startując w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów poprzez podpisanie listy startowej.

Postanowienia końcowe

1. Organizowane zawody mają charakter koleżeński i w takiej formie należy je postrzegać.
2. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie.
3. Organizatorzy zawodów nie ponoszą odpowiedzialności w przypadku utraty zdrowia lub życia uczestników zawodów.
4. Organizator zapewnia sobie możliwość zmiany w regulaminie, przebiegach tras i innych kwestiach, jednak zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy o takich zmianach.