

**Regulamin**  
**Ustrońska Dycha**  
**Ustronie Morskie, 29.04 2023 r.**

**I. Organizatorzy.**

1. Gmina Ustronie Morskie, ul. Rolna 2, 78-111 Ustronie Morskie, zwana dalej „Organizatorem” reprezentowaną przez Bernadetę Borkowską – Wójtka Gminy Ustronie Morskie,

**II . Cel imprezy.**

1. Upowszechnianie biegania jako podstawowej formy ruchu.
- 2.Promocja Gminy Ustronie Morskie.
3. Propagowanie aktywności fizycznej oraz zdrowego stylu życia wśród mieszkańców i okolic.

**III. Termin i miejsce.**

Wydarzenie odbędzie się w dniu 29.04.2023r.

Start/Meta oraz biuro zawodów zlokalizowane zostaną w rejonie Gminnego Ośrodka Kultury - ul. Nadbrzeżna 20 Ustronie Morskie.

**IV. Program imprezy.**

09:00 - Otwarcie biura zawodów

10:30 - Zamknięcie biura zawodów

11:00 - Start biegu na 10 km

11:02 - Start biegu na 5 km

11:05 - Start Marszu NW

12:30 - Biegi dzieci (7-16 lat)

13:15 - Ogłoszenie wyników, wręczenie nagród, zakończenie.

.

**V. Trasa**

Trasa wzdłuż linii brzegowej z nawrotem – dla 5 km po 2,5 km, dla 10 km po 5 km.

**VI. Uczestnictwo**

Prawo startu mają osoby, które podpiszą oświadczenie, że startują na własną odpowiedzialność i odbiorą w biurze zawodów numer startowy. Osoby do 18 roku życia muszą mieć pisemną zgodę prawnego opiekuna. Minimalny wiek uczestnika wynosi 16 lat.

Odbiór pakietu tylko i wyłącznie na podstawie dowodu osobistego, lub dowodu osobistego opiekuna nieletniego uczestnika.

Limit uczestników wynosi 200 osób.

Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręcznie podpisane oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów.

Podczas biegu, zawodnicy muszą posiadać numery startowe, przekazane przez organizatora, przypięte z przodu na ubrania wierzchniego. Zastanianie numeru startowego w części lub całości

jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji.

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

## **VII Zgłoszenia i opłaty**

Zgłoszenia do udziału w biegu głównym, następuje poprzez wypełnienie formularza rejestracyjnego na stronie dostartu.pl oraz dokonaniu opłaty za udział w zawodach w wysokości **30zł**

Nieopłacenie startu jest równoznaczne z niewpisaniem osoby na listę startową.

Wypełnienie formularza rejestracji oraz opłacenie startu jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu biegu i zgodą na przetwarzaniu danych osobowych i wykorzystaniu wizerunku uczestnika wydarzenia dla potrzeb biegu i organizatora.

Zgłoszenia internetowe prowadzone będą do 22.04.2023r. lub wypełnieniu listy startowej

O możliwości przeprowadzenia zapisów w dniu biegu poinformuje organizator poprzez swoją stronę na facebooku.

## **VIII. Opieka medyczna w czasie zawodów.**

Do dyspozycji zawodników będzie zespół ratownictwa medycznego.

## **IX. Pomiar i limit czasu.**

1. Uczestnicy zostaną zweryfikowani przy pomocy elektronicznego systemu pomiaru czasu.
2. Wyniki będą dostępne na stronie organizatora zaraz po zakończeniu biegu
3. Limit czasu wynosi 60 minut dla dystansu 5 km, oraz 90 minut dla dystansu 10 km.

## **X. Klasyfikacja końcowa.**

Prowadzone będą następujące klasyfikacje:

Bieg Główny:

1-3 Open Mężczyzn

1-3 Open Kobiet

Najlepszy mieszkaniec i najlepsza mieszkanka gminy (w biegu głównym)

Bieg 5 km:

1-3 Open Mężczyzn

1-3 Open Kobiet

Nordic walking

1-3 Open Mężczyzn

1-3 Open Kobiet

Lista nagradzanych osób może ulec zmianie w przypadku pozyskania partnerów wydarzenia.

## **XI. Nagrody.**

Okolicznościowe medale dla wszystkich uczestników.

Zwycięzców (miejsca 1-3 w poszczególnych kategoriach) nagrodzimy upominkami rzeczowymi.

Zwycięzcy w poszczególnych kategoriach (1 miejsce) otrzymuje nagrodę finansową w wysokości 500 zł.

Organizator nie przewiduje losowania nagród po zakończonym biegu.

## **XII. Postanowienia końcowe.**

1 Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

2. Organizatorzy nie będą odpowiedzialni za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia ani za szkody wyrządzone przez osoby trzecie.

3 Za niesportowe zachowanie niegodne zawodnika, skracanie trasy, łamanie postanowień regulaminu, składanie fałszywych oświadczeń itp. organizator może odmówić zawodnikowi udziału w biegu.

4. Organizatorzy zastrzegają sobie prawo do zmiany i ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu.

5. Wszystkie sprawy nie określone niniejszym regulaminem rozstrzygane są w porozumieniu z organizatorem w duchu uczciwej, sportowej rywalizacji na ogólnie przyjętych zasadach obowiązujących w podobnych zawodach sportowych.