



Regulamin 6. Edycji „Prusice Biegają” 2018



dystans 5 km (10 km dla chętnych)

I Cele:

- popularyzacja biegania jako formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej, zdobywanie nowych jej zwolenników,
- promocja miasta i Gminy Prusice,
- integracja środowiska biegaczy,

II Organizatorzy:

Athletics Team Prusice
Burmistrz Miasta i Gminy Prusice,
Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Prusicach,
Prusickie Centrum Fitness

PATRONAT MEDIALNY: Sportowy Wrocław, MaratonyPolskie.pl

III Terminy i miejsce: Terminy biegów 6. Edycji Akcji „Prusice Biegają”

- Etap I – **28.01.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap II - **25.02.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap III - **25.03.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap IV - **29.04.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap V - **27.05.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap VI - **01.07.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap VII - **29.07.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap VIII - **26.08.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap IX - **30.09.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap X - **28.10.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness
Etap XI - **25.11.2018** (Niedziela) Start: **9:30** w Prusickim Centrum Fitness

OSTATNI ETAP NIE BĘDZIE WLICZANY DO KLASYFIKACJI GENERALNEJ!

Organizator w uzasadnionych przypadkach zastrzega sobie prawo do zmiany terminu oraz godziny. Jednak poinformuje o tym co najmniej 3 dni przed biegiem.

Bieg na 5 km. Biegi odbywać się będą ulicami miasta Prusice o nawierzchni asfaltowej, brukowej.

START I META W TYM SAMYM MIEJSCU przy ul. Żmigrodzkiej obok Prusickiego Centrum Fitness (Szkoła Podstawowa w Prusicach) trasa: uliczkami Prusic przez Pietrowice Małe (mapka trasy na ostatniej stronie regulaminu)

Dla chętnych organizator przewiduje bieg na drugie 5 km, druga pętla. Trasa oznaczona jest znakami poziomymi, mile widziane jest wcześniejsze zapoznanie się z trasą.

Organizator w trakcie trwania edycji przewiduje zmianę trasy, w przypadku zmiany zostanie dodany do regulaminu załącznik z aktualną, obowiązującą trasą. W przypadku zmiany trasy na stronie: www.bieg.prusice.pl zostanie również opublikowana informacja.

UWAGA ELEKTRONICZNY POMIAR CZASU NA KAŻDYM ETAPIE, NA PODSTAWIE NUMERU STARTOWEGO, KTÓRY NALEŻY ZWRÓCIĆ PO KAŻDYM BIEGU, ETAPIE!

UWAGA! Wszystkie biegi (etapy) odbywają się przy ruchu ulicznym. W trakcie biegu należy zachować szczególną ostrożność, nie narażać siebie i innych uczestników ruchu na niebezpieczeństwo oraz stosować się do obowiązujących przepisów o ruchu drogowym.

Każdego zawodnika obowiązuje limit pokonania trasy 1,5h.

IV Uczestnicy oraz warunki uczestnictwa:

Biegacze indywidualni, którzy ukończyli 16 rok życia, niezależnie od miejsca zamieszkania, przynależności klubowej i narodowości. W biegu występuje podział na kategorie płciowe.- impreza ma charakter otwarty, - *każdy zawodnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001 Dz. U. Nr 101 poz.1095*

V Punktacja :

Każdy uczestnik podczas startów 6. Edycji „Prusice Biegają” otrzymuje punkty za pokonanie trasy. Punkty zawodników sumują się po każdej kolejce biegów. Miejsce w klasyfikacji generalnej zależy jest od ilości zgromadzonych punktów. Im więcej punktów tym wyższe miejsce w klasyfikacji.

Każdego uczestnika obowiązuje pokonanie przynajmniej jednego okrążenia trasy biegu, za zaliczenie drugiej pętli zawodnik otrzymuje dodatkowo bonus (6 pkt)

Pierwsze okrążenie pokonywane jest na sygnał startera z pomiarem czasu oraz klasyfikacją., drugie okrążenie jest tylko na zaliczenie, bez pomiaru czasu.

Tutaj punktacja przedstawia się następująco (na dystansie 5 km):

1. – 100 pkt
2. – 95 pkt
3. – 91 pkt
4. – 88 pkt
5. – 86 pkt
6. - 85 pkt
7. – 84 pkt
8. – 83 pkt
9. – 82 pkt
10. – 81 pkt
11. - ... itd.

Osobna klasyfikacja Mężczyzn i Kobiet

Klasyfikacja generalna polega na dodawaniu punktów po każdym biegu.

Klasyfikacja końcowa obejmuje osiem z dziesięciu (8 z 10) najwyżej punktowanych biegów w roku + punkty bonusowe (np. można opuścić 2 biegi w ciągu roku: sytuacje losowe bądź inne biegi, itp.)

Punkty bonusowe zbierane przez cały rok będą co miesiąc naliczone do klasyfikacji generalnej:*

Bonus za 2 okrążenie – 6 pkt

Bonus za zaliczenie 9 etapów w 6. Edycji Prusice Biegają - 6 pkt

Bonus za zaliczenie 10 etapów w 6. Edycji Prusice Biegają - 12 pkt

W przypadku takiej samej liczby punktów w klasyfikacji końcowej, o wyższej lokacie będzie decydować najlepszy czas danego zawodnika z całej edycji.

UWAGA! OSTATNI ETAP (25.11.2018) ODBĘDZIE SIĘ ALE NIE BĘDZIE PROWADZONY POMIAR CZASU ORAZ NIE BĘDZIE WLICZANY DO KLASYFIKACJI GENERALNEJ! PO OSTATNIM ETAPIE ODBĘDZIE SIĘ DEKORACJA NAJLEPSZYCH UCZESTNIKÓW W 6. EDYCJI AKCJI PRUSICE BIEGAJĄ ORAZ LOSOWANIE NAGRÓD SPOŚRÓD WSZYSTKICH UCZESNIKÓW MAJĄCYCH ZALICZONĄ ODPOWIEDNIĄ LICZBĘ ETAPÓW!

VI Oplaty:

6. Edycja Akcji „Prusice Biegają” składa się z 10 etapów + 1 etap dodatkowy na zakończenie cyklu.

Za udział w każdym etapie (oprócz XI etapu) będzie obowiązywać opłata w wysokości **5 zł** płatne tylko gotówką w dniu zawodów (prosimy o wyliczoną kwotę)

UWAGA! Suma opłat za wszystkie etapy zostanie przeznaczona na **ZAKOŃCZENIE** oraz **BARDZO ATRAKCYJNE NAGRODY**, które zostaną wylosowane spośród wszystkich uczestników, którzy ukończą minimum **6 ETAPÓW** oraz będą **obecni** podczas losowania. Wstępnie losowanie nagród zaplanowano na **XI etap**, 26 Listopada 2018 r.

VII Nagrody :

Nagrody otrzymają zawodnicy którzy wystąpią minimum **6 razy** w 6. Edycji Akcji „Prusice Biegają”

OPEN:

I-III MĘŻCZYŹNI (statuetki + nagrody rzeczowe)

I-III KOBIETY (statuetki + nagrody rzeczowe)

KATEGORIE WIEKOWE:

I-III M16 (16-19) (statuetki)

I-III M20 (20-29 lat) (statuetki)

I-III M30 (30-39 lat) (statuetki)

I-III M40 (40-49 lat) (statuetki)

I-III M50 (50-59 lat) (statuetki)

I-III M60 (60-69 lat) (statuetki)

I-III M70 (70 lat i więcej) (statuetki)

I-III K16 (16-19) (statuetki)

I-III K20 (20-29 lat) (statuetki)

I-III K30 (30-39 lat) (statuetki)

I-III K40 (40-49 lat) (statuetki)

I-III K50 (50 lat - i więcej) (statuetki)

GMINA PRUSICE

I-III MĘŻCZYŹNI (statuetki + nagrody rzeczowe)

I-III KOBIETY (statuetki + nagrody rzeczowe)

Najlepsi w klasyfikacji końcowej dekorowani będą po XI Etapie (25.11.2018) „Prusice Biegają” bądź innym terminie wskazanym odpowiednio wcześniej (7 dni) przez organizatora.

KAŻDY SKLASYFIKOWANY UCZESTNIK OTRZYMA:

- GADŻET BIEGOWY ORAZ MEDAL (WARUNEK: **MINIMUM 6 STARTÓW** W 6. EDYCJI „PRUSICE BIEGAJĄ”)

- BEZPŁATNY START W 8. BIEGU III WIEŻ (WARUNEK: **MINIMUM 4 STARTY** W 6. EDYCJI „PRUSICE BIEGAJĄ”)

- BEZPŁATNY START W 7. BIEGU W POSZUKIWANIU ŚWIĘTEGO MIKOŁAJA (WARUNEK: **MINIMUM 6 STARTÓW** W 6. EDYCJI „PRUSICE BIEGAJĄ”)

Nagrody w kategoriach **WIEKOWYCH** i **OPEN** nie dublują się
Nagrody fundują organizatorzy i sponsorzy.

VIII Zgłoszenia:

Na przedostatniej stronie regulaminu znajduje się załącznik nr 1. Jest to formularz zgłoszeń, który musi wypełnić **każdy** z uczestników. **Mile widziane wcześniej wypełnione formularze.**

Zgłosić się można również w dniu Biegu w biurze organizatora w godzinach 8:45 – 9:25

Biuro organizatora: Prusickie Centrum Fitness ,ul. Żmigrodzka 43, 55-110 Prusice,

(teren Szkoły Podstawowej w Prusicach) e-mail: fitness@prusice.pl tel. 509 052 335

W PCF dostępna będzie również szatnia oraz natryski.

IX Strona sportowa:

Nad poprawnością strony sportowej czuwa Sędzia Główny, między startem i metą biegacz nie może korzystać z pomocy innych osób pod karą dyskwalifikacji, rozstrzygnięcia ostateczne leżą w gestii organizatora.

X Postanowienia końcowe:

Bieg odbędzie się bez względu na pogodę,

Biegiem kieruje organizator, który decyduje w sprawach organizacyjnych, bezpieczeństwa i porządku oraz w sprawach spornych.

Dostarczone przez organizatora numery startowe należy umieścić z przodu na odzieży wierzchniej, po każdym biegu, etapie numer startowy należy zwrócić. Numery na pamiątkę otrzyma każdy uczestnik po ostatnim etapie.

Organizator na każdym etapie przewiduje dla wszystkich uczestników posiłek regeneracyjny.

Organizator nie odpowiada za rzeczy zagubione lub pozostawione przez zawodników.

Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu,

O sprawach nie objętych regulaminem decyduje Organizator.

ORGANIZATORZY BIEGU

6. EDYCJA „PRUSICE BIEGAJĄ” PRUSICE, 2018 r.



IMIĘ

NAZWISKO

PESEL

DATA UR.

KAT. WIEKOWA

ADRES

TELEFON

E-MAIL

KLUB

Informuję, że znam regulamin zawodów i zobowiązuję się do jego przestrzegania. Oświadczam, że jestem zdrowy i zdolny do udziału w zawodach i startuję na własną odpowiedzialność. (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. Dz. U. Nr 101 poz. 1095). Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb związanych z organizacją imprezy i w jej materiałach informacyjnych. Wyrażam zgodę na udział w konkursach organizowanych w ramach zawodów. Wyrażam zgodę, aby zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z moją osobą, a także wyniki z moimi danymi osobowymi mogły być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję, a także w celach marketingowych Organizatora i sponsorów.

.....
data

.....
podpis





5 km

**BIURO
ZAWODÓW**

PRUSICE CENTRUM FITNESS
PCF



**START
META**

