

# REGULAMIN BIEGU ULICZNEGO „Nisko na Piątkę”

## ORGANIZATORZY

1. Gmina i Miasto Nisko
2. Stowarzyszenie Turystyczno-Ekologiczno-Przyrodnicze Ziemi Nizańskiej
3. Grupa Biegowa „Planeta Nisko”

## I. CEL

Popularyzacja i promocja biegania jako najprostszej formy ruchu,  
Promocja Niska i Gminy Nisko,  
Popularyzacja zdrowego stylu życia,  
Zapobieganie uzależnieniom wśród młodzieży i dorosłych.

## II. TERMIN, MIEJSCE, PROGRAM

1. Termin: 27.08.2016r. (sobota) godz. 16:30 – bieg główny
2. Trasa: 5 km ulicami Niska – 4800 m asfalt, 200 m utwardzona nawierzchnia szutrowa
3. Start i meta: ul. Słowackiego, przy PSP nr 1 w Nisku
4. Biuro zawodów znajdować się będzie na terenie **Publicznej Szkoły Podstawowej nr 1 w Nisku ul. Słowackiego 10**

## PROGRAM IMPREZY:

- 13.00 – otwarcie biura zawodów, weryfikacja uczestników, wydawanie pakietów startowych  
14.00 – 15.00 – biegi młodzieżowe:  
14.00 – 14.10 – roczniki 2012-2010  
14.10 – 14.20 – roczniki 2009-2006  
14.20 – 14.30 – roczniki 2005-2003  
14.30 – 14.45 – roczniki 2002-2000  
16.00 – zakończenie weryfikacji zawodników Biegu Głównego  
16.30 – Start Biegu Głównego 5 km „Nisko na Piątkę”  
17.20 – Zamknięcie trasy  
18.00 – Ceremonia dekoracji zwycięzców oraz losowanie nagród rzeczowych  
20.00 – Dyskoteka pod gwiazdami z zespołem Boys ☺

### III. OPIS TRASY

1. Długość trasy 5 km po nawierzchni asfaltowej (4800m) i utwardzonej szutrowej (200m)
2. Trasa biegu: start - ul. Słowackiego na wysokości PSP nr 1 – Pl. Wolności - ul. Kościuszki – ul. Kilińskiego – ul. Żurawia – ul. Kościuszki – ul. Podसानie (nawrót) – ul. Kościuszki – Pl. Wolności – ul. Słowackiego – meta w miejscu startu. Trasa płaska - oznakowana co 1 km.
3. Bieg Główny odbędzie się przy ograniczonym ruchu drogowym. Należy bezwzględnie stosować się do zasad ruchu drogowego, wskazówek służb porządkowych oraz zachować elementarną ostrożność.
4. Na mecie biegu rozstawiony będzie punkt z wodą i owocami.

### IV. LIMIT I POMIAR CZASU

1. Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 50 minut od strzału startera.
2. Zawodnicy, którzy przed upływem limitu nie dotrą do mety - nie będą klasyfikowani.
3. Pomiar odbywa się przy pomocy chipa mocowanego do buta. Zawodnicy otrzymują chipy w pakiecie startowym wraz z numerem w biurze zawodów. Posiadanie prawidłowo zamocowanego chipa oraz widocznego numeru startowego jest warunkiem wystartowania w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym.
4. Chip jest zwrotny. Zawodnik zobowiązany jest go zwrócić bezpośrednio po ukończeniu biegu. W przeciwnym razie zawodnik obciążony zostanie karą umowną 20 zł.

### V. UCZESTNICTWO i ZGŁOSZENIA

1. Do startu w Biegu Głównym zostaną dopuszczeni zawodnicy, którzy ukończyli 16 lat i posiadają aktualne badania lekarskie lub przedłożą oświadczenie o zdolności do biegu podpisane osobiście lub przez opiekuna prawnego.
2. Zgłoszenia przez stronę internetową <http://timekeeper.pl/zawody/> . Przy zgłoszeniu należy podać rozmiar koszulki.
3. Zgłoszenia online można dokonywać **do 17 sierpnia 2016 roku. do godz. 24:00**. Po tym terminie zgłoszenia będą możliwe wyłącznie w Biurze Zawodów w dniu 27 sierpnia 2016 r. pod warunkiem niewykorzystania limitu zgłoszeń. Zgłoszenie i opłacenie udziału w Biegu w dniu zawodów nie gwarantuje otrzymania pełnego pakietu startowego.
4. Organizator wyznacza limit uczestników na **250** opłaconych zgłoszeń. Jednocześnie Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany limitu i wcześniejszego zamknięcia zgłoszeń.
5. Podstawą odbioru numeru startowego jest okazanie przez zawodnika w Biurze Zawodów dokumentu tożsamości ze zdjęciem. W przypadku osób nieletnich konieczne będzie okazanie legitymacji szkolnej lub innego, aktualnego dokumentu ze zdjęciem.
6. Odbiór numeru startowego możliwy jest tylko przez uczestnika biegu, bezpośrednio w Biurze Zawodów. W losowych przypadkach rozstrzyga Organizator.
7. Zawodnicy pokonujący dystans biegu w sposób niedozwolony /skracanie trasy, pomoc zewnętrzna/ zostaną zdyskwalifikowani.
8. Podczas zawodów zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu w sposób umożliwiający identyfikację.
9. Zabrania się startowania zawodnikom pod wpływem niedozwolonych środków oraz alkoholu.
10. Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
11. Uczestnicy Biegów Młodzieżowych startują za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych
12. Warunkiem udziału w Biegach Młodzieżowych jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach lub złożenie podpisu rodzica (opiekuna prawnego) pod oświadczeniem o zdolności do udziału w zawodach oraz przyjęciu pełnego ryzyka i konsekwencji udziału na własną odpowiedzialność.

## **VI. KLASYFIKACJA**

1. Klasyfikacje będą prowadzone wg czasów brutto (liczone od strzału startera – pomiar elektroniczny).
2. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn za miejsca I – III.
3. Klasyfikacja wg kategorii wiekowych ustalonych przez Organizatora za miejsca I – III.

### **Kat. „Smarkacze”**

1. 16-30 lat - kobiety i mężczyźni rok ur. 1986- 2000

### **Kat. „Parowozy”**

2. 31-45 lat - kobiety i mężczyźni rok ur. 1971-1985

### **Kat. „Podgrzybki”**

3. 46-60 lat - kobiety i mężczyźni rok ur. 1970-1956

### **Kat. „Turboślimaki”**

4. powyżej 60 lat – kobiety i mężczyźni ur. 1955 i starsi

4. Klasyfikacja najszybszych mieszkańców miasta i gminy Nisko (odrębnie dla kobiet i mężczyzn) za miejsca I-VI.
5. Każda kategoria będzie nagradzana jeżeli liczba uczestników danej kategorii będzie wynosiła co najmniej 3 osoby. W przypadku mniejszej liczby uczestników, osoby te będą klasyfikowane w kategorii wyższej, tj. młodszej.
6. Przy klasyfikacji wiekowej decyduje rok urodzenia.

## **VII. NAGRODY**

1. Każdy z zawodników, który ukończy Bieg otrzyma na mecie pamiątkowy medal.
2. Zdobywcy miejsc I – III w klasyfikacjach generalnych OPEN kobiet i mężczyzn otrzymują puchary i nagrody pieniężne. Wysokość nagród pieniężnych zostanie podana do 18 sierpnia.
3. Zdobywcy miejsc I-III w poszczególnych kategoriach wiekowych otrzymają puchary i upominki, bądź nagrody pieniężne (w zależności od pozyskanych środków).
4. Zwycięzcy kategorii OPEN nie będą nagradzani w kategoriach wiekowych.
5. Najszybsi mieszkańcy miasta i gminy Nisko (od I do VI miejsca w odrębnych klasyfikacjach kobiet i mężczyzn) otrzymują puchary i upominki.
6. Organizator zastrzega sobie prawo do ufundowania dodatkowych nagród w wybranych przez siebie kategoriach i klasyfikacjach oraz do stworzenia dodatkowych klasyfikacji.
7. Po zakończeniu ceremonii dekoracji odbędzie się losowanie nagród na podstawie numeru startowego spośród uczestników Biegu Głównego.

## VIII. OPŁATY STARTOWE

1. Każdy uczestnik Biegu Głównego ponosi koszty opłaty wpisowej oprócz uczestników biegów młodzieżowych.

2. Opłata wpisowa wynosi w zależności od terminu wpłaty. Opłata startowa: za pośrednictwem płatności elektronicznych przez TIMEKEEPER:

**Do dnia 17 sierpnia 2016 roku:**

- 30 zł mężczyźni
- 25 zł kobiety
- **50 zł gotówką w Biurze Zawodów w dniu 27.08.2016 r.**

3. Opłata startowa nie podlega zwrotowi oraz nie można jej przenosić na innego uczestnika.

4. W przypadku wniesienia opłaty wpisowej w niewystarczającej wysokości (np. w wyniku przekroczenia terminu wpłaty określonego w niniejszym regulaminie) zawodnik jest zobowiązany do dopłacenia różnicy do wysokości kwoty jaką winien on być wnieść zgodnie z terminem, w jakim dokonywał swojej ostatniej wpłaty.

5. W ramach wpisowego Organizator zapewnia:

- medal (dla osób które ukończą bieg w limicie czasowym),
- pamiątkową koszulkę techniczną,
- worek sportowy,
- wodę, owoce, itp. po ukończonym biegu,
- elektroniczny pomiar czasu oraz numer startowy z agrałkami,
- opiekę medyczną.
- inne – w zależności od sponsorów.

## IX. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek sportowych. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja (obcinanie, zaginanie, itp.) jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji.

2. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez Obsługę Biegu.

3. Ze względów bezpieczeństwa w Biegu zabroniony jest udział osób poruszających się na rowerach, wrotkach, rolkach, deskorolkach itp. oraz z kijkami jak również biegnących ze zwierzętami. Uczestnik zobowiązany jest do przestrzegania wszelkich zasad i przepisów, które mają zastosowanie do uczestnictwa w Biegu, w szczególności zasad fair play oraz niniejszego regulaminu.
4. Zawodnicy skracający trasę Biegu bądź łamiący zasadę samowystarczalności zostaną zdyskwalifikowani.
5. Pisemne protesty dotyczące wyników przyjmowane są do 30 minut po ogłoszeniu wyników, po wcześniejszym uiszczeniu opłaty w wysokości 100zł w Biurze Zawodów.
7. Organizator poczyni starania, aby uczestnicy Biegu Głównego mieli możliwość skorzystania z przebieralni oraz natrysków znajdujących się w budynku Publicznej Szkoły Podstawowej nr 1 w Nisku.
8. Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w Biegu.
9. Zawodnik na mecie bez chipa i numeru startowego nie będzie sklasyfikowany.
10. Zawody odbędą się niezależnie od warunków atmosferycznych.
11. Zawodnicy biorący udział w biegu ubezpieczają się na własną odpowiedzialność.
12. Uczestnik musi wyrazić zgodę na poddanie się wymaganiom zawartym w niniejszym Regulaminie, w tym wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. 2002 r. Nr 101 poz. 926, ze zm.) oraz Regulaminem. Organizator zastrzega sobie, a także podmiotom z nim powiązanim prawo do przeprowadzenia z każdym z Uczestników wywiadów, robienia zdjęć i/lub filmowania, używania imion i nazwisk, wizerunku, podobizny lub głosu oraz innych materiałów pochodzących lub związanych z uczestnictwem w zawodach IV Stalowa Dycha na potrzeby reklamowe, promocyjne, a także możliwość ich wykorzystania w internecie lub w transmisjach radiowo-telewizyjnych oraz na wszelkie inne potrzeby komercyjne z prawem do ich modyfikowania. Organizator zastrzega sobie również, a także podmiotom powiązanim, prawo do nieodpłatnego wykorzystywania bez ograniczenia terytorialnego wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających Uczestników. Tego rodzaju zdjęcia, materiały, wywiady i nagrania mogą być bezpłatnie umieszczane na wybranych nośnikach elektronicznych w katalogach oraz mediach, w tym w telewizji, radiu, gazetach, magazynach, na stronach internetowych i na wystawach, mogą być wykorzystywane na potrzeby reklamowe, promocyjne oraz do wszelkich innych celów komercyjnych związanych z działalnością prowadzoną przez Organizatora i podmiotów z nim powiązanych. O zmianach w Regulaminie Organizator będzie informował na stronie internetowej Biegu.

13. W sprawach nieujętych i nieuregulowanych niniejszym Regulaminem rozstrzyga Organizator.

#### **X. INNE**

1. Udział w biegu jest klasyfikowany w cyklu „Grand Prix biegów w widłach Wisły i Sanu”

<https://www.facebook.com/gpwislyisanu/>

2. Biegi odbędą się w ramach obchodów Dni Niska.
3. Parkingi – należy liczyć się z utrudnieniami w związku z występem znanego zespołu muzycznego. Zalecamy parkowanie pojazdów w rejonie placu targowego (bezpłatnie i najbliżej). W pobliżu miejsca zawodów znajduje się również parking płatny na terenie szpitala. Ponadto bezpłatne parkingi znajdują się przy ul. Mickiewicza, Paderewskiego i Rzeszowskiej.

**Prosimy nie parkować na ulicach będących trasą Biegu Głównego!**

Kontakt:

Grzegorz Jagiełło tel. 609480012

Tomasz Oleksak tel. -