

**Regulamin III Charytatywnego Crossu PGE EO
oraz Nordic Walking o Puchar Prezesa
na Wyspie Energetyk w Polańczyku - 24.08.2019 r.**

Ambasador i pomysłodawca biegu : Izabela Zatorska

1. Opis i cel zawodów:

Cross na Wyspie Energetyka to, jedyny w swoim rodzaju bieg przełajowy. Celem biegu jest popularyzacja biegów terenowych i zdrowego stylu życia. Drugim bardzo ważnym celem będzie zbiórka pieniędzy na rehabilitację i leczenie Kamila Kenara 23 letniego młodego człowieka mieszkającego w Krośnie. Kamil w skutek nieszczęśliwego wypadku w 2017 roku doznał uszkodzenia rdzenia kręgowego wynikiem czego jest obecnie czterokończynowe całkowite porażenie. 80 % dochodu z biegu głównego, oraz imprez towarzyszących przekazana będzie na pomoc Kamilowi na jego walkę o zdrowie. Przewidziane są również loterie fantowe, licytacje, biegi dla dzieci i rodzin, oraz występy zespołów muzycznych z okazji dnia zakończenia lata.

2. Organizator:

Stowarzyszenie „ Ustyan” – Ustjanowa Dolna 32, 38-700 Ustrzyki Dolne, NIP 6891233133 , KRS 0000506149, www.ustjanowa.com.pl

Współorganizator :

PGE EO S.A. – Warszawa ZEW Solina Myczkowce w Solinie

3. Termin i miejsce:

24.08.2019. Wyspa Energetyka (Polańczyk) godz. 11: 00

Trasa III Crossu przebiegać będzie przepięknymi leśnymi ścieżkami Wyspy Energetyka otoczonej pełnymi uroku wodami Jeziora Solińskiego. Bieg rozgrywany będzie na dobrze oznaczonych pętłach, o dużym zróżnicowaniu terenu. (pętla ok. 2,5km). Punkt odżywczy z wodą przewidziany jest po przebiegnięciu 2 pętli.

4. Program:

Cross na wyspie odbędzie się w ramach 3- dniowej imprezy „ Zakończenie Lata” (23-25.08.2019) www.solina.pl

8:00 – 10:30 – Zapisy w Biurze Zawodów – Restauracja „ Tawerna u Michała” 11: 00 - Start do biegu głównego ok. 8km (3 pętle) , 5min. później Nordic Walking ok.5km (2 pętle) oraz bieg dla wczasowiczów (1 pętla) ok. 2,5km 12: 30 - Początek biegów dla dzieci i biegów rodzinnych (Górka z punktem widokowym) 14: 30 – Zakończenie, dekoracja zwycięzców Crossu , Nordic Walking, Bieg dla Wczasowiczów oraz biegów dla dzieci. Losowanie nagród.

5. Limit uczestników : 250 osób *

* Organizator zastrzega sobie prawo do zwiększenia limitu miejsc oraz wykorzystania dodatkowych miejsc do własnej dyspozycji.

6. Uczestnictwo:

Do wzięcia udziału w III Crossie na Wyspie Energetyk oraz w zawodach o Puchar Prezesa PGE EO w Nordic Walking zapraszamy wszystkich chętnych zarówno początkujących jak i wytrenowanych zawodników. Wymagany jest dobry stan zdrowia i chęć pomocy choremu Kamilowi , oraz

ukończeniu 16 roku życia. Dla młodszych przewidziane są biegi na Górkę Widokową i biegi rodzinne. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu i marszu robią to na własną odpowiedzialność i z pełną świadomością wynikającą z zagrożeń i ryzyka jakie wiążą się ze startem w biegu. Od osób niepełnoletnich wymagana jest zgoda rodziców lub opiekunów. By stać się uczestnikiem biegu lub marszu Nordic Walking należy spełnić następujące warunki:

– mieć ukończone 16 lat; – zaakceptować niniejszy regulamin; dokonanie rejestracji do biegu jest równoznaczne z akceptacją regulaminu; – wnieść opłatę startową do 22.08.2019 r. – odebrać pakiet startowy w Biurze Zawodów – podpisać oświadczenia o stanie zdrowia i starcie na własną odpowiedzialność; – stawić się na starcie biegu o wyznaczonej dacie i godzinie.

7. Opłata startowa: bieg główny oraz Nordic Walking 50 zł; w dniu zawodów 65 zł bieg dla wczasowiczów 20 zł

Nr konta do przelewu: 39 1240 2366 1111 0010 5844 4536

Rejestracja dostępna będzie na stronie : timekeeper.pl do dnia 22.08.2019 r do godz. 24.00

8. Świadczenia:

W ramach opłaty startowej zawodnicy otrzymają:

- pamiątkowy medal po ukończeniu biegu – pakiet startowy z okolicznościową koszulką, baton energetyczne, wodę, – elektroniczny pomiar czasu, posiłek po biegu, zabezpieczenie i pomoc medyczną, wodę podczas biegu, dostęp do szatni i WC, oznaczenie trasy wstęp wolny na wieczorne koncerty i zabawy .

9 .Klasyfikacja Biegu głównego i Nordic Walking

1. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn (miejsca 1-3)

2. Klasyfikacje w kategoriach wiekowych (miejsca 1-3)

Kobiety :

- K-16 - (16-19 lat) - 2003-2000
- K-20 - (20-29 lat) - 1999-1990
- K-30 - (30-39 lat) -1989-1980
- K-40 - (40-49 lat) -1979-1970
- K-50 - (50-59 lat) - 1969-1960
- K-60 - 60- (powyżej 60 lat – 1959 i starsi

Mężczyźni :

- M-16 - (16-19 lat) - 2003-2000
- M-20 - (20-29 lat) - 1999-1990
- M-30 - (30-39 lat) -1989-1980
- M-40 - (40-49 lat) -1979-1970
- M-50 - (50-59 lat) - 1969-1960
- M-60 - (60-69 lat) - 1959-1950
- M-70 - (powyżej 70 lat) - 1949 i starsi

Klasyfikacja wiekowa Nordic Walking:

- dla kobiet:

- K-16 - (16-19 lat) - 2003-2000
- K-20 - (20-29 lat) - 1999-1990
- K-30 - (30-39 lat) -1989-1980

- K-40 - (40-49 lat) -1979-1970
- K-50 - (powyżej 50 lat) – 1969 i starsi

- dla mężczyzn:

- M-16 - (16-19 lat) - 2003-2000
- M-20 - (20-29 lat) - 1999-1990
- M-30 - (30-39 lat) -1989-1980
- M-40 - (40-49 lat) -1979-1970
- M-50 - (50-59 lat) - 1969-1960
- M-60 - (powyżej 60 lat) – 1959 i starsi

Dodatkowe klasyfikacje to : Najlepszy biegacz i biegaczka – pracownik PGE, najstarszy uczestnik biegu, najlepszy zawodnik i zawodniczka z gminy Solina w biegu i marszu.

10. Nagrody :

Klasyfikacja Open (K,M) w Biegu – pierwsze trzy miejsca nagrody finansowe – 500 zł, 400 zł, 300 zł + oryginalna pamiątka z Crossu. Klasyfikacja Open (K,M) Nordic Walking – pierwsze trzy miejsca nagrody finansowe – 400 zł, 300 zł, 200 zł + oryginalna pamiątka z Crossu. Dodatkowo zwycięzca i zwyciężczyni marszu otrzymają Puchar Prezesa PGE EO. Zdobywcy nagród finansowych w kat. Open I – III nie dublują nagród w kat. wiekowych.

W każdej kat. wiekowej przewidziane są oryginalne pamiątki z Crossu oraz bony finansowe w wysokości 150 zł, 100 zł, 80 zł.

W pozostałych klasyfikacjach przewidziane są upominki rzeczowe.

11. Bezpieczeństwo:

Osoby niepełnoletnie mogą startować w biegu tylko za okazaniem pisemnej zgody rodziców lub opiekunów prawnych

Limit startujących - 250 osób Na trasie biegu limit czasu wynosi 1: 30 h. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę. W przypadku rezygnacji z dalszego biegu, należy o tym poinformować organizatora lub ekipę sędziowską. Na mecie biegu będzie znajdował się punkt medyczny.

Prosi się o parkowanie na parkingach w Polańczyku, gdyż na wyspę można się dostać tylko promem, a tam ilość miejsc parkingowych jest ograniczona.

12. Dane osobowe i ochrona wizerunku: – Uczestnictwo w zawodach wiąże się z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów. – Uczestnictwo w zawodach wiąże się z wyrażeniem zgody na publikację wizerunku uczestnika w materiałach promocyjnych, na stronie biegu jak i portalach społecznościowych .

13. Postanowienia końcowe:

Wszyscy zawodnicy w czasie biegu muszą mieć przypięte w widocznym miejscu numery startowe. Przed i po biegu będzie możliwość skorzystania z przebieralni- oraz kąpieli w baseniku przy kei, oraz toalety. III Cross na Wyspie Energetyka oraz Puchar Prezesa PGE EO jest imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Organizator zastrzega sobie zmiany w regulaminie, oraz wprowadzenie dodatkowych klasyfikacji i nagród. Zapis na listę startową biegu jest równoznaczny z akceptacją niniejszego regulaminu oraz wyrażeniem zgody na otrzymywanie informacji mailowych wysyłanych przez organizatora na mail podany podczas rejestracji.

Wszelkie pytania prosimy kierować na adres: izatorska@op.pl, bogusław@eko-karpaty.com oraz nr telefonów + 48 505 545 195, +48 725 050 016

Z pozdrowieniem

Ambasador biegu Izabela Zatorska oraz Komitet Organizacyjny Crossu