

# „STRZELIŃSKA DZIESIĄTKA” V BIEG WZGÓRZ STRZELIŃSKICH

IMPREZY TOWARZYSZĄCE

## MARSZ NORDIC WALKING PRZEDBIEGI W KATEGORIACH DZIECI I MŁODZIEŻY DNI PATRONA MIASTA STRZELINA św. MICHAŁA REGULAMIN

### PATRONAT HONOROWY :

Burmistrz Miasta i Gminy Strzelin.

### CEL IMPREZY :

Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej.

Promowanie aktywności fizycznej w różnych grupach społecznych i środowiskowych .

Promocja Miasta Strzelina .

Impreza towarzysząca Dniom Patrona Strzelina św. Michała .

### ORGANIZATORZY:

Strzelińskie Centrum Sportowo – Edukacyjne Sp. z o.o.

Strzeliński Klub Biegacza

### TERMIN I MIEJSCE :

**25 wrzesień 2016r ( niedziela)**

Sekretariat zawodów - Stadion miejski w Strzelinie – czynny od godz. 10.00

**START BIEGU GŁÓWNEGO : godz. 13.30**

### TRASA I DYSTANS :

Nawierzchnia asfaltowa ( z wyjątkiem Rynku w Strzelinie – kostka ) , dystans 10 km. ; Trasa : malownicze tereny Wzgórz Strzelińskich ,oraz zabytkowe ulice Strzelina. ( mapa w załączeniu).

**START** - stadion miejski w Strzelinie -(park) ,ul. Okrzei , ul. Kopernika , ul. Brzegowa , ul. Kościelna, Rynek , ul. Jana Pawła II ,ul. Staszica , ul. Prusa , ul. Konopnickiej , ul. Brzegowa , Gościęcice Dolne –Gościęcice Średnie– Gęsiniec : ul. Gajowa, ul. Miodowa ,ul. Akacjowa ul. Lipowa ,Strzelin: ul. Krasińskiego , ul. Staromiejska , ul Okrzei , stadion miejski **META**

**UWAGA : TRASA POSIADA ATEST**

### WARUNKI UCZESTNICTWA :

Uczestnikiem biegu głównego może być każda osoba która do dnia 25.09.2016r ukończy 16 lat , opłaci wpisowe , oraz w biurze zawodów podda się weryfikacji. Podczas weryfikacji zawodnik musi posiadać dowód tożsamości ze zdjęciem. Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie przedstawienie przez zawodnika do weryfikacji zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w w/w biegu na dystansie 10 km lub złożenie OŚWIADCZENIA o zdolności do udziału w w/w biegu podpisanego własnoręcznie w biurze zawodów .

**Zawodnik niepełnoletni startuje tylko i wyłącznie na podstawie pisemnej zgody rodziców /prawnych opiekunów.**

Warunkiem dopuszczenia zawodnika niepełnoletniego do startu jest obecność rodzica lub opiekuna w chwili weryfikacji zawodnika w biurze zawodów oraz podpisanie OŚWIADCZENIA o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w biegu lub okazanie oryginału ważnego zaświadczenia od lekarza o braku przeciwwskazań do pokonania dystansu 10 km. Rodzic lub opiekun prawny zawodnika powinien zgłosić się z dowodem osobistym .

**ZGŁOSZENIA :** wyłącznie drogą elektroniczną do dnia 23.09.2016r do godz. 24.00 poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie internetowej : [www.sportstrzelin.pl](http://www.sportstrzelin.pl), lub [http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia\\_masowe/zgloszenie.php?LP\\_impr=56](http://www.domtel-sport.pl/zgloszenia_masowe/zgloszenie.php?LP_impr=56)

Weryfikacja zawodników ,oświadczeń , wydawanie numerów startowych odbywać się będą w dniu zawodów w godz. od 10.00 – 13.00 ( stadion miejski w Strzelinie )

Informacje o biegu : tel. 71 790 26 30 , 724 580 724

### **WYSOKOŚĆ OPŁAT :**

Wpisowe dla zgłoszonych do dnia 11.09.2016r - 30 zł (WPLATA RÓWNIEŻ DO 11.09.2016r)

Oplata startowa OBNIŻONA w kwocie 25 zł przysługuje mieszkańcom powiatu strzelińskiego zgłoszonym do dnia 11.09.2016r ( WPLATA RÓWNIEŻ DO 11.09.2016r)

Zawodnicy zgłoszeni w terminie od 12.09.2016r do 23.09.2016r OPŁATA STARTOWA w wysokości 40 zł ( WPLATA RÓWNIEŻ DO DNIA 23.09.2016r)

Dopuszcza się możliwość zgłoszenia się w dniu zawodów. Wówczas oplata startowa wynosi 60 zł

UWAGA : oplata startowa dla zawodników, którzy zgłoszą się elektronicznie w w/w terminach tj. do 13.09.2016r lub do 23.09.2016r , ale startowe będą opłacać w kasie w dniu zawodów – oplata startowa wynosi 60 zł

Startowe wpłacać na konto :

Strzeliński Klub Biegacza 58 9588 0004 0002 9997 2000 0010

Z dopiskiem V Bieg Wzgórz Strzelińskich + imię i nazwisko

Za zgłoszonego do biegu uważa się tego, który zarejestrował się wypełniając formularz zgłoszeniowy, oraz dokonał opłaty startowej.

Opłata startowa dokonana przez zawodnika nie podlega zwrotowi w sytuacji gdy zawodnik zrezygnuje ze startu. Nie można przekazywać i odsprzedawać numeru startowego innej osobie.

### **POMIAR CZASU :**

Obsługa informatyczna zawodów ,pomiar czasu i ustalenie kolejności dokona firma DOMTEL za pomocą chipów umieszczonych w numerach przy bucie .

### **NAGRODY W KLASYFIKACJI GENERALNEJ**

I miejsce - 1.000zł + puchar

II miejsce - 700zł + puchar

III miejsce - 500zł + puchar

Nagrody jednakowe dla kobiet i mężczyzn

### **POZOSTAŁA KLASYFIKACJA**

**Nagrody w pozostałych klasyfikacjach biegu:**

Puchar dla najlepszego zawodnika/czki , statuetki za zajęcie miejsc II,III: Nagrody nie dublują się .

Najlepszy zawodnik/czka Dolnego Śląska,

Najlepszy zawodnik/czka Powiatu Strzelińskiego,

Najlepszy zawodnik/czka Powiatu Oławskiego,

Najlepszy zawodnik/czka Powiatu Ząbkowickiego,

Najlepszy zawodnik/czka Powiatu Dzierżoniowskiego,

Najlepszy zawodnik/czka Powiatu Wrocławskiego,

Najlepszy zawodnik/czka Miasta i Gminy Strzelin

### **KLASYFIKACJA W KATEGORIACH WIEKOWYCH**

M 16 (2000– 1997 )                      K 16 (2000 – 1997)

M 20 (1996 - 1987 )                      K 20 (199 1987 )

M 30 ( 1986 - 1977 )                      K 30 (198 - 1977)

M 40 ( 1976 – 1967 )                      K 40 (197 - 1967)

M 50 ( 1966 - 1957 )                      K 50 ( 196 – 1957)

M 60 ( 1956 – 1947 )                      K 60 ( 1956 – 1947 )

M 70 ( 1946 i starsi)                      K 70 (1946 i starsze )

**UWAGA :** przy zgłaszaniu się do biegu, chcąc być sklasyfikowanym w powyższych kategoriach należy uwzględnić swój adres zameldowania.

#### **UWAGI KOŃCOWE :**

1. Na trasie biegu będą ustawione 3 punkty z niegazowaną wodą : 2km, 5km, 8 km.
2. Bieg odbywa się przy ograniczonym ruchu ulicznym.
3. Zawodników prowadzić będzie i zabezpieczać pilot Policji Drogowej.
4. Za zawodnikami na końcu biegu będzie jechał pojazd służby medycznej oraz autobus, do którego będą mogli wsiąść zawodnicy, którzy z różnych przyczyn nie będą w stanie ukończyć biegu.
5. Limit czasu ukończenia biegu wynosi **1,5 godz.**
6. Wszyscy zawodnicy, którzy nie dobiegną do mety do **godz.15.00** zobowiązani są do przerwania biegu i zejścia z trasy.
7. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
8. Ogłoszenie wyników oraz rozdawanie nagród – **godz. 15.30** .
9. Uczestnicy biegu głównego otrzymują medale oraz ciepły posiłek i napoje na mecie.
10. Wśród wszystkich, którzy ukończą bieg zostaną rozlosowane nagrody.
11. Dla uczestników biegu zorganizowany będzie punkt depozytowy, oraz parking, który będzie mieścił się przy ul. Kruczej (Iodowisko). Po biegu zawodnicy będą mogli skorzystać z natrysków.
12. Organizator nie ubezpiecza zawodników od następstw nieszczęśliwych wypadków, odpowiedzialność za to biorą uczestnicy we własnym zakresie.
13. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach fotograficznych z biegu.
14. Uczestnik startuje na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko.
15. Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji regulaminu.

#### **PRZEDBIEGI W KATEGORIACH DZIECI i MŁODZIEŻY , MARSZ NORDIC WALKING**

| KATEGORIA WIEKOWA                             | DYSTANS KOBIETY | DYSTANS MĘŻCZYŹNI | UWAGI                   |
|---|-----------------|-------------------|-------------------------|
| Rocznik 2011 i młodsi                         | 200 m           | 200m              | Bieg przedszkolaka      |
| Rocznik 2010- 2008                            | 300m            | 300m              | Szkoły podstawowe       |
| Rocznik 2007 - 2006                           | 400m            | 400m              | Szkoły podstawowe       |
| Rocznik 2005- 2004                            | 600m            | 600m              | Szkoły podstawowe       |
| Rocznik 2003-2001                             | 1.200m          | 1.200m            | Gimnazja                |
| Rocznik 2000 - 1997                           | 2.000m          | 2.000m            | Szkoły ponadgimnazjalne |
| MARSZ NORDIC WALKING<br>ROCZNIK 2000 i starsi | 5 km            | 5 km              |                         |

#### **Nagrody i wyróżnienia w przedbiegach :**

Za zajęcie miejsce 1 – 3 w poszczególnych kategoriach wiekowych zawodnicy/czki otrzymują medal, dyplom ,upominek rzeczowy . Pozostali zawodnicy za ukończenie biegu otrzymują medale.

*Koordynator biegu :  
Barbara Szczepocka*