

REGULAMIN AKCJI „POLSKA BIEGA” W RYBNIE W DNIU 12.05.2018r.

CEL:

Popularyzacja biegania jako możliwości spędzania czasu wolnego, zdrowego stylu życia oraz uczczenie cyklicznej akcji „POLSKA BIEGA”

Zagospodarowanie czasu wolnego mieszkańcom Gminy Rybno, Powiatu Działdowskiego oraz sąsiednich gmin i powiatów.

TERMIN I MIEJSCE:

Bieg odbędzie się o godzinie **15:00 dnia 12.05.2018r.(sobota)**

Start i Meta: **Stadion sportowy przy OSiR w Rybnie**

Start dystansów 3 km i 8km – godz. 15.00- stadion OSiR w Rybnie

Dystanse:

dystans rodzinny (800m)- bieżnia tartanowa (stadion sportowy)

dystans średni (3km) – bieg , nordic walking

dystans długi (8km)

Dla wszystkich dystansów obowiązuje limit czasu 1h.

Kategorie wiekowe:

Dystans 8km:

Mężczyźni:

Juniorzy (16-18lat)

Mężczyźni (19-29lat)

Mężczyźni (30-49lat)

Mężczyźni (50-59lat)

Mężczyźni (60+)

Kobiety:

Juniorki (16-18lat)

Kobiety (19-39lat)

Kobiety (40-49lat)

Kobiety (50+)

Dystans 3km:

Bieg - Kobiety OPEN

Bieg - Mężczyźni OPEN

Nordic Walking - Kobiety OPEN

Nordic Walking- Mężczyźni OPEN

Dystans 800m:

Bieg/marsz bez pomiaru czasu oraz klasyfikacji. Pełna rekreacja. Mile widziane rodziny ;)

WARUNKI UCZESTNICTWA:

W akcji POLSKA BIEGA są mile widziane wszelkie formy ruchu: m.in. bieg, trucht, chód z kijkami NORDIC WALKING itp.

Osoby nieletnie konieczne przynoszą zgody od rodziców.

Bez zgody, zawodnika nieletniego nie dopuszczamy do biegu.

Dla dystansu 3km oraz 8km obowiązuje opłata startowa w wysokości 20 zł.

Opłata uiszczana jest poprzez formularz rejestracji on line:

<http://polskabiegarybno18.chiptiming.pl/>

lub gotówką w dniu zawodów w biurze.

Podpisanie zgłoszenia do zawodów jest równoznaczne z wydaniem numeru startowego i akceptacją niniejszego regulaminu. Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa. Zawodnicy ponoszą pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie.

Wszystkie objawy złego samopoczucia należy zgłosić organizatorom. Wszyscy zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu zawodów

Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych. Problemy, uwagi, wątpliwości prosimy przedstawiać bezpośrednio organizatorom w dniu imprezy.

Organizatorem imprezy jest OSiR w Rybnie.

Osoba do kontaktu: Hanna Bem Tel.514-126-101.

Zgłoszenia do udziału w biegu proszę zgłaszać do dnia **11.05.2018r.**

Zapisy elektroniczne na stronie www.chiptiming.pl

Dla każdego uczestnika będzie medal oraz poczęstunek.

Nad bezpieczeństwem biegów będą czuwali:

STRAŻACY, POLICJA, POMOC MEDYCZNA.

Ze sportowym pozdrowieniem

Organizatorzy OSiR Rybno