

# REGULAMIN ZAWODÓW „VI Czernikowska 10-tka”

## **Termin**

28.09.2024 r. (sobota)

## **Organizatorzy**

- Gmina Czernikowo, ul. Juliusza Słowackiego 12, 87-640 Czernikowo, tel. 54 287 50 01, e-mail: [sekretariat@czernikowo.pl](mailto:sekretariat@czernikowo.pl);
- Czernikowskie Stowarzyszenie Na Rzecz Wspierania Edukacji Kultury i Sportu „Czyż – Nie”;
- Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego.

## **Miejsce**

Szkoła Podstawowa w Osówce, Gmina Czernikowo, Województwo Kujawsko – Pomorskie.

## **Cel**

- promocja zdrowia i aktywnego trybu życia;
- popularyzacja i rozpowszechnianie biegania jako łatwej oraz taniej formy aktywności ruchowej;
- umożliwienie sprawdzenia swoich możliwości;
- rywalizacja sportowa wśród różnych grup społecznych;
- promocja walorów przyrodniczych Gminy Czernikowo;

## **Dystans**

- 10 km bieg Cross
- 5 km bieg Cross
- Nordic Walking 5 km

## **Trasa**

- Biegi Cross 10 km w terenie leśnym, biegi Cross na 5 km wokół jeziora Zacisze.

## **Biuro zawodów**

Biuro zawodów czynne od 8.00 – 11.30 przy Szkole Podstawowej w Osówce.

## **Start i Meta**

- Trasa będzie oznaczona taśmami i strzałkami;
- godz. 13.00 Bieg Cross na 10 km – start i meta – SP Osówka,
- godz. 13.00 Bieg Cross na 5 km oraz Nordic Walking – start z SP Osówka, 1 pętla wokół jeziora Zacisze, meta – SP Osówka.

## **Limit**

Ustalony został limit:

- bieg na 10 km - 200 uczestników,
- bieg na 5 km i Nordic Walking – 100 uczestników.

## **Pomiar czasu**

Pomiar czasu dokonywany będzie elektronicznie, za pomocą chipów w biegu na 5 km, Nordic Walking oraz 10 km.

Chip należy odebrać przy rejestracji/weryfikacji w biurze zawodów, następnie umieścić w sznurowadłach buta bądź na wysokości kostki. Po biegu należy wydany chip zwrócić do stanowiska firmy obsługującej pomiar czasu.

### **Rejestracja i wpisowe**

#### **Oplaty dla uczestników spoza Gminy Czernikowo:**

10 km bieg Cross, 5 km bieg Cross i Nordic Walking:

- do 20.09.2024 r. - 60,00 PLN,

- od 21.09.2024 r. do 27.09.2024 r. 80,00 PLN;

Do 27.09.2024 r. zapisy na stronie internetowej: .....

W dniu zawodów tj. 28.09.2024 r. opłata wzrośnie do 100 PLN (biuro zawodów czynne od 8.00 do 11.30).

Wpłaty na konto należy dokonać do 27.09.2024 r.

#### **Oplaty dla mieszkańców Gminy Czernikowo:**

10 km bieg Cross, 5 km bieg Cross i Nordic Walking:

- do 27.09.2024 r.- 30 PLN,

Do 27.09.2024 r. zapisy na stronie internetowej: .....

W dniu zawodów tj. 28.09.2024 r. opłata wzrośnie do 40 PLN (biuro zawodów czynne od 8.00 do 11.30).

Wpłaty na konto należy dokonać do 27.09.2024 r.

### **UWAGA!**

**VI Czernikowska 10-tka zaliczana jest do cyklu Grand Prix Województwa Kujawsko – Pomorskiego. Wszystkie informacje wraz z aktualną klasyfikacją cyklu i regulaminem znajdują się na stronie Grand Prix:**

<https://kujawsko-pomorskie.pl/sport-i-turystyka/sport/zmiana-regulaminu-grand-prix-wojewodztwa-kujawsko-pomorskiego-w-biegach-dlugich-edycja-2024/>

### **Warunki uczestnictwa**

- weryfikacja w biurze zawodów;

- podpisanie oświadczenia o starcie na własną odpowiedzialność;

- w przypadku osób niepełnoletnich wymagana jest zgoda opiekuna prawnego zawierająca podpis, numer PESEL lub numer dowodu osobistego opiekuna prawnego;

Za niepełnoletnich uważa się osoby, które w dniu biegu (tj. 1 października 2023) nie osiągnęły jeszcze 18 lat.

### **Pakiet Startowy dla zawodników w biegu na 10 km oraz 5 km:**

- numer Startowy,

- chip,

- napoje,

- ciepły posiłek,

- opieka medyczna,

- szatnie w SP Osówka,

- medal okolicznościowy,

- zapewnienie depozytu.

### **Nagrody i wyróżnienia**

- Klasyfikacja biegu Open na 10 km oraz 5 km kobiet i mężczyzn I – III miejsce – puchar i nagroda rzeczowa;
- W kategoriach wiekowych biegu na 10 km i 5 km kobiet i mężczyzn I – III miejsce – puchar;
- W kategorii biegu Open dla mieszkańców gminy Czernikowo kobiet i mężczyzn I – III miejsce – puchar + nagroda rzeczowa;
- Nordic Walking kobiet i mężczyzn – puchar + nagroda rzeczowa;
- Dla każdego zawodnika w biegu na 10 km oraz 5 km – medal pamiątkowy;
- Nagroda dla najstarszego uczestnika;
- Puchar w klasyfikacji drużynowej dla miejsc I-III.

***OTRZYMANE NAGRODY SIĘ NIE DUBLUJĄ***

### **Klasyfikacja i Kategorie: bieg na 10 km**

Klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn w biegu głównym na 10 km.

Kategorie wiekowe kobiet:

- K 18 – 29 lat
- K 30 – 39 lat
- K 40 – 49 lat
- K 50 – 59 lat
- K 60 – 69 lat
- K 70 +

Kategorie wiekowe mężczyzn:

- M 18 – 29 lat
- M 30 – 39 lat
- M 40 – 49 lat
- M 50 – 59 lat
- M 60 – 69 lat
- M 70 – 79 lat
- M 80 +

### **Klasyfikacja i Kategorie: bieg na 5 km**

Klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn w biegu głównym na 5 km.

Kategorie wiekowe kobiet:

- K 18 – 29 lat
- K 30 – 39 lat
- K 40 – 49 lat
- K 50 – 59 lat
- K 60 – 69 lat
- K 70+

Kategorie wiekowe mężczyzn:

- M 16 – 29 lat
- M 30 – 39 lat
- M 40 – 49 lat
- M 50 – 59 lat
- M 60 – 69 lat
- M 70 – 79 lat
- M 80 +

## **Klasyfikacja Nordic Walking**

kobiet i mężczyzn Open I-III

## **Kategoria dla mieszkańców gminy Czernikowo:**

- 5 km i 10 km Open K/M, Nordic Walking K/M

## **Bezpieczeństwo uczestników biegu**

- \* biegi odbędą się przy ograniczonym ruchu kołowym;
- \* uczestnicy zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności na całej trasie biegu;
- \* zawodnicy winni stosować się do poleceń pracowników obsługi biegu, druhów OSP i Policji;
- \* wszyscy uczestnicy biegu ubezpieczają się we własnym zakresie od nieszczęśliwych wypadków;
- \* organizator nie bierze odpowiedzialności za bezpieczeństwo osób nie posiadających numerów startowych;
- \* organizator nie bierze odpowiedzialności za stan zdrowia zawodników. Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność;
- \* zawody odbywają się przy ograniczonym ruchu drogowym, uczestnicy biegów są zobowiązani stosować się do zasad ruchu drogowego.

## **Postanowienia końcowe**

Zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe.

Zawody „VI Czernikowska 10 – tka” są imprezą ubezpieczoną na zasadach ogólnych. Każdy uczestnik jest zobowiązany do podpisania oświadczenia o znajomości regulaminu. Podpisując oświadczenie wyraża tym samym zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport poszkodowanego w bezpieczne miejsce, personelowi medycznemu i paramedycznemu działającemu w imieniu organizatora. Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Ponadto, z udziałem w zawodach mogą wiązać się inne, niemożliwe w tej chwili do przewidzenia, czynniki ryzyka. Podpisanie oświadczenia o znajomości regulaminu oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił zakres i charakter ryzyka wiążącego się z udziałem w biegu, startuje dobrowolnie i wyłącznie na własną odpowiedzialność. Ubezpieczenie indywidualne na wypadek kontuzji lub innego nieszczęśliwego zdarzenia, które może stać się udziałem zawodnika w czasie biegu wymaga osobnej polisy wykupionej indywidualnie przez uczestnika.

Zapisując się do udziału w zawodach uczestnik akceptuje niniejszy regulamin i wyraża zgodę na nieodpłatne wykorzystanie jego wizerunku utrwalonego w formie fotografii lub zapisu wideo oraz udziela Organizatorowi nieodpłatnej licencji na wykorzystanie go na wszystkich polach eksploatacji, w tym: utrwalania i rozpowszechniania w dowolnej formie oraz wprowadzanie do pamięci komputera, wykorzystania do promocji i organizacji imprezy” VI Czernikowska 10 – tka”, w celu ich promocji w kontekście udziału w imprezie, zamieszczania na promocyjnych materiałach drukowanych Organizatora, w prasie, na stronach internetowych oraz w przekazach telewizyjnych i radiowych. Uczestnik wyraża także zgodę na przetwarzanie jego danych osobowych dla potrzeb związanych z organizacją i promocją imprezy „VI Czernikowska 10 - tka” oraz przyjmuje do wiadomości, że przysługuje mu prawo wglądu do treści jego danych oraz ich poprawiania, dane te będą przetrzymywane w bezpiecznym miejscu, nie będą sprzedawane osobom trzecim ani żadnym organizacjom.

Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi imprezy „VI Czernikowska 10 - tka”. W sprawach nieujętych Regulaminem rozstrzyga Organizator. Jeżeli którekolwiek z postanowień Regulaminu zostanie częściowo lub w całości uznane za nieważne lub niemożliwe do wyegzekwowania – wszelkie inne postanowienia (w całości bądź częściowo) zachowują ważność.