

## **REGULAMIN BIEGU "Kobieta na 5":**

### **I. Termin, miejsce, dystans**

1. Bieg odbędzie się w dniu 09 marca 2019 r. na terenie Lasu Młocińskiego (zjazd z ulicy Pułkowej w ul. Papirosów). Biuro zawodów czynne w godz 9.00-10.45 w dniu zawodów 09.03.2019 r  
– godz. 11.11 - start biegu głównego „Kobieta na Piatkę” na dystansie 5 km  
- od godz. 10.15 – start biegów dzieci „SportGeneracja Bielany” (3 kategorie wiekowe: Kat.I 1-6 lat -200 m, Kat. II 7-9 lat-400 m, Kat III 10-12 lat 600 m )

### **II. Uczestnictwo**

1. Bieg na dystansie 5 km. Bieg oraz marsz Nordic Walking na dystansie 5 km z okazji Dnia Kobiet.

2. W biegu prawo startu mają kobiety i pary (kobieta i mężczyzna-zespół), które do dnia 09 marca 2019 roku ukończą 15 lat.

3. Obowiązuje limit startujących i wynosi 333 uczestniczki. O kolejności nadawania numerów startowych decyduje kolejność zgłoszeń i dokonanych wpłat na konto Organizatora. Gwarancję startu daje dopiero nadanie numeru startowego, który przydzielany jest po zaksięgowaniu wpłaty.

Wysokość wpisowego wynosi :

**W terminie 09.02.2019 od godz.11:11 do 10.02.2019 do godz.23:59**

Kobieta - 25 zł

Para – 30 zł

**W terminie 11.02.2019 – 07.03.2019 do godz. 11:11**

Kobieta – 30 zł

Para – 35 zł

**W dniu biegu na miejscu w biurze zawodów – opłata tylko gotówką**

Kobieta – 45 zł

Para – 50 zł

3. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia dodatkowej puli numerów startowych (poza pulą podstawową 333 uczestniczek). o czym poinformuje na stronie [www.biegambolubie.com.pl](http://www.biegambolubie.com.pl) lub stronie wydarzenia na facebook'u

6. Uczestników obowiązuje limit czasowy wynoszący 60 minut

7. W biurze zawodów zawodniczki otrzymują pakiety startowe zawierające: czapkę, numer startowy, agrafki, woda, piśłeczek regeneracyjny

8. Mężczyźni biegnący w Parze z Kobieta otrzymają w pakiecie : numer startowy, agrafki, napój, Posilek regeneracyjny

9. Pakiety startowe każdy odbiera osobiście.

Biuro będzie znajdować się w widocznym miejscu na polanie Parku Młocińskiego w pobliżu bramy startowej.

10. Odbiór pakietów startowych dla wszystkich uczestniczek Biegu „Kobieta na Piatkę” nastąpi w biurze zawodów, w dniu 09 marca w godz. 9.00-10.45

11. Osoba odbierająca pakiet startowy zobowiązana jest do okazania dokumentu tożsamości.

12. Niepełnoletni zobowiązani są podczas weryfikacji stawić się z opiekunem prawnym.

13. Uczestnicy biegu zobowiązane są do podpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w biegu. W przypadku niepodpisania oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych Organizator nie wyrazi zgody na udział w biegu.

14. Organizator zaleca Uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu.

15. Oświadczenia będzie można podpisywać przy odbiorze pakietów startowych w biurze zawodów.

16. Każdy uczestnik biegu głównego otrzyma czip, który należy zamocować do butów (wpleść w sznurowadła lub przypiąć tzw trytytka do buta). Osoby, które dobiegną bez czipa nie zostaną sklasyfikowane.

17. Pomiar czasu podczas biegu zostanie dokonany przy pomocy systemu elektronicznego STS Timing.

18. W biegu nie mogą wziąć udział osoby poruszające się na wózkach ze względu na trudne ukształtowanie terenu i podłoże. (Nie prowadzimy oddzielnej klasyfikacji dla osób niepełnosprawnych).

### III. Zgłoszenia

1. Zgłoszenia indywidualne i par dokonuje się poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie internetowej STS.Timing.pl

2. Za zgłoszenie uważa się wypełnienie internetowego formularza zgłoszeniowego i dokonanie opłaty startowej w zgodzie z obowiązującym schematem opłat startowych podanych w punkcie 4.

3. Zapisy do biegu zostaną uruchomione 9 lutego (sobota) godz 11.11

4. Zgłoszenia będą przyjmowane do 07.03.2019r do godz 11:11 lub wyczerpania limitu.

### IV. Klasyfikacje i wyniki

1. W biegu prowadzone są następujące klasyfikacje :

Kobiet Open – 3 najszybsze uczestniczki ( czas w/g pomiaru elektronicznego)

K-27 ( czas w/g pomiaru elektronicznego) – 3 kobiety

K-37 ( czas w/g pomiaru elektronicznego) – 3 kobiety

K-47 ( czas w/g pomiaru elektronicznego) – 3 kobiety

K-57( czas w/g pomiaru elektronicznego) – 3 kobiety

K-57 + ( czas w/g pomiaru elektronicznego) – 3 kobiety

Najszybsza Para ( czas w/g pomiaru elektronicznego)- czas Pary to wynik uzyskany przez Kobiety.

Dziesięć najbardziej kolorowo przebranych Kobiet na biegu

2. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia dodatkowych klasyfikacji, nagród i kategorii.

3. Wszystkie zawodniczki, którzy ukończą bieg otrzymają pamiątkowe medale.

4. Zwycięzcy w w/w kategoriach otrzymają pamiątkowe statuetki

5. Dekoracja zwycięzczyń we wszystkich kategoriach odbędzie się ok. godz. 13:00 w dniu biegu.

6. O kolejności na mecie decyduje uzyskany przez uczestniczki i pary wynik (czas netto w/g elektronicznego pomiaru)

8. Pisemne skargi, reklamacje i protesty w związku z wynikami należy zgłaszać mailowo na adres [fundacja@wychowanieprzezsport.pl](mailto:fundacja@wychowanieprzezsport.pl) najpóźniej do północy 09 marca 2019 r. Protesty będą rozpatrywane w ciągu 48 godzin. Ostateczne wyniki zostaną ogłoszone na stronie internetowej [www.biegambolubie.pl](http://www.biegambolubie.pl) do dnia 12 marca 2019 r.

#### V. Postanowienia końcowe

1. Podczas biegu wszystkie zawodniczki muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulki sportowej.

Zaślanianie numeru startowego w części lub w całości lub jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji. W szczególności zabrania się zaślaniania logotypów umieszczonych na numerze.

2. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy. Ze względów bezpieczeństwa w szczególności zabrania się poruszania się po trasie biegu na rowerach, rolkach, deskorolkach i innych urządzeniach mechanicznych bez ważnego zezwolenia wydanego przez Organizatora. Niedozwolone jest również korzystanie z kijków typu nordic walking.

3. Uczestnicy są zobowiązani do przestrzegania regulaminu terenu Lasów Miejskich Warszawa, na którym prowadzona jest impreza oraz przepisów BHP i ppoż. oraz do stosowania się do zaleceń organizatora .

5. Organizator zapewnia ubezpieczenie NNW.

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, przez personel medyczny lub przedmedyczny działający w imieniu Organizatora.

Uczestnicy przyjmują 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.

Organizator