**Regulamin Leśnego Biegu Niepodległości**

I. ORGANIZATOR

**Stowarzyszenie Sport4Life**

II. CELE IMPREZY:

1. Promocja biegania jako aktywnej formy spędzania czasu wolnego na świeżym powietrzu.

2. Dbałość o zdrowy, rodzinny styl życia.

3. Promocja terenów leśnych lasu Balczewo.

4. Kształtowanie postaw i zachowań zdrowotnych wśród dzieci i młodzieży.

5. Krzewienie postaw patriotycznych.

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się na terenie lasu Balczewo powiat Inowrocław w województwie kujawsko- pomorskim w dniu 11 listopada 2019 r.

2. Start biegu głównego na 11 km odbędzie się o godz. 12:00.

3. Start biegu na 5 km odbędzie się o godz. 12:10.

4. Start biegu Nordic Walking na 5 km odbędzie się o godzinie 12:15.

5. Starty biegów dla dzieci na dystansach 500m, 1000m, 1500m odbędą się od godz 9.30.

6. Start i meta biegu znajdują się na terenie leśnictwa Balczewo.

IV. LIMIT UCZESTNIKÓW

1. Dla biegu głównego 11 km limit uczestników 250 osób plus 25 miejsc przewidzianych do dyspozycji organizatora.

2. Dla biegu 5 km limit uczestników 150 osób plus 15 miejsc przewidzianych do dyspozycji organizatora.

3. Dla biegu Nordic Walking 5 km limit uczestników 100 osób plus 15 miejsc przewidzianych dla organizatora.

4. Start dzieci bez limitu miejsc.

V. TRASA

1. Trasa biegu głównego obejmuje jedna pętlę.

2. Trasa biegu 5 km obejmuje jedna pętlę.

3. Trasa biegu Nordic Walking obejmuję jedna pętle.

4. Trasa biegów dla dzieci obejmuje kolejno 1,2,3 pętle.

5. Długość trasy biegu głównego wynosi 11 km

6. Długość trasy nordic Walking wynosi wynosi 5 km

7. Długość trasy biegów dla dzieci 500m, 1000, 1500m.

8. Pomiar trasy odbył się za pomocą GPS

9. Każdy kilometr trasy jest oznaczony.

VI. LIMIT CZASU

1. Zawodników biegu na 11 km obowiązuje limit czasu wynoszący 1:45 h

2. Zawodników biegu na 5 km obowiązuje limit czasu wynoszący 1:45 h

3. Zawodników biegu Nordic Walking obejmuje limit wynoszący 1:45 h

4. Zawodnicy biegów młodzieżowych nie obowiązuje żaden limit.

VII. POMIAR CZASU

1. Klasyfikacja generalna odbywa się na podstawie czasów netto-liczonych od przekroczenia linii startu. Wyjątkiem jest pierwsze 30 osób przekraczające linię mety.

2. Pierwsze 30 osób klasyfikowane są według czasów brutto-od strzału startera. Jeżeli wśród pierwszych 30 osób nie ma 6 kobiet i 6 mężczyzn liczba osób klasyfikowanych według czasów brutto zostaje odpowiednio powiększona aby ich obejmować.

3. W wynikach końcowych każdy zawodnik zostaje poinformowany o swoim czasie brutto i netto.

4. Pomiar czasów odbywa się za pomocą chipów przyczepionych do sznurowadła buta zawodnika.

5. Opłata za pomiar czasu wliczona jest w opłatę startową.

6. Na trasie będą znajdowały się punkty pomiaru : start, 6 km, meta.

7. Zawodnicy skracający bądź zmieniający trasę są dyskwalifikowani.

8. Chipy podlegają zwrotowi.

VIII. PUNKTY ODŻYWIANIA

1. Na trasie znajdował się będzie jeden punkt odżywczy ( w połowie trasy) Biegu na 11 km

2. Produkty w punkcie odżywczym:

- woda

- gorzka czekolada

3. Na trasach biegów 5 km i Nordic Walking nie będzie punktów odżywczych.

IX. UCZESTNICTWO

1. W Leśnym Biegu Niepodległości prawo startu mają tylko te osoby, które w dniu 11 listopada 2017 r. maja ukończone 18 lat.

2. Osoby w wieku 16 i 17 lat mogą startować tylko za pisemną zgodą rodzica (prawnego opiekuna).

3. W Leśnym Biegu Niepodległości na dystansie 11 km mogą startować tylko biegacze. Organizator nie dopuszcza innych form udziału.

4. Zapisując się na bieg każdy uczestnik automatycznie oświadcza, że zapoznał się z regulaminem zawodów i zobowiązuje się go przestrzegać.

5. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać chip i numer startowy.

6. Zawodnicy startujący bez numerów startowych są dyskwalifikowani.

7. Chip musi być przymocowany do sznurowadła prawego, bądź lewego buta.

8. Przyczepianie chipów w innym miejscu skutkuje dyskwalifikacją.

9. W starcie biegu Nordic Walking obowiązuje marsz z kijami a żadne inne formy ruchu nie będą akceptowalne.

X. WERYFIKACJA ZAWODNIKÓW ORAZ ODBIÓR NUMERÓW STARTOWYCH

1. Weryfikacja zawodników oraz wydawanie pakietów odbywać się będzie w Biurze Zawodów na podstawie podpisanej przez zawodnika karty startowej lub dokumentu tożsamości.

2. Biuro Zawodów znajduje się na ulicy Rynek 10, 88-100 Inowrocław.

3. Odbiór pakietów startowych możliwy będzie 8 listopada 2019 r. w Biurze Zawodów od godz. 15-18, 9 listopada od godziny 10.00-13.00 bądź 11 listopada w Balczewie od godz. 9.00-10.30.

4. Organizator nie wysyła pakietów startowych za pośrednictwem poczty.

XI. KLASYFIKACJE

1. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.

2. Najstarszy zawodnik i zawodniczka.

3. Nagrody rzeczowe za miejsca 1-6 kobiety i 1-6 mężczyźni.

XII ZGŁOSZENIA I OPŁATY

1. Termin zgłoszeń upływa w dniu 5 listopada 2019, lub po wyczerpaniu limitu opłaconych zgłoszeń.

2. Zgłoszenia przyjmowane są za pośrednictwem formularza zgłoszeniowego zamieszczonego na stronie: [www.zapisy.sts-timing.pl/522/](http://www.zapisy.sts-timing.pl/522/)

3. Aby zapisać się na Leśny Bieg Niepodległości i bieg Nordic Walking i otrzymać numer startowy należy wypełnić formularz zgłoszeniowy i wpłacić na rachunek bankowy wymaganą opłatę.

4. Opłata startowa na Leśny Bieg Niepodległości 11 km i 5 km jest stała i wynosi 50 zł .

 Opłata startowa biegu Nordic Walking jest stała i wynosi 40 zł.

5. Zawodnik zobowiązany jest wpłacić na konto bankowe Organizatora opłaty startowej w ciągu 3 dni od momentu zgłoszenia do biegu. Po tym czasie konto zawodnika dezaktywuje się .

6. Ostateczny moment dokonania opłaty startowej nastąpi w dniu 6 listopada 2019 r. (pod warunkiem, że wcześniej nie został osiągnięty limit zgłoszeń).

7. Organizator nie dopuszcza możliwości zamiany numerów startowych między zawodnikami.

XIII. NAGRODY

1. Zwycięzcy w kategorii generalnych kobiet i mężczyzn (miejsca I - VI) otrzymają nagrody i puchary.

2. Nagroda w kategorii najstarszy uczestnik i uczestniczka zawodów.

3. Przewidziane są różne konkursy z nagrodami.

4. Każdy zawodnik który ukończy bieg otrzyma pamiątkowy medal.

XIV. WYNIKI

1. Wyniki Leśnego Biegu Niepodległości zostaną zamieszczone na stronie:

 [www.zapisy.sts-timing.pl/522/](http://www.zapisy.sts-timing.pl/522/)

[www.facebook.com/Leśny-Bieg-Niepodległości-1798313017154639](http://www.facebook.com/Le%C5%9Bny-Bieg-Niepodleg%C5%82o%C5%9Bci-1798313017154639)

http://lesnybiegniepodleglosci.pl/

XV. BIURO ZAWODÓW

1. Biuro zawodów znajduje się na ulicy Rynek 10, 88-100 Inowrocław.

XVI SZATNIE I DEPOZYT

1. Szatnie i depozyt znajdują się na miejscu startu w Balczewie.

XVII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie biegu.
2. Warunkiem startu w biegu jest wyrażenie przez zawodnika zgody na udział w zawodach na własną odpowiedzialność. Zawodnik wypełniając elektroniczny formularz zgłoszeniowy potwierdza, iż startuje na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko, przyjmując 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 (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Wypełnienie formularza rejestracyjnego oraz dokonanie opłaty startowej oznacza, że zawodnik ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko startując w zawodach na własną odpowiedzialność.
3. Przekazanie danych osobowych przez zawodnika Organizatorowi jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w biegu. Przetwarzanie i zbieranych danych odbywa się zgodnie z przepisami ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych.
4. Pisemne protesty należy przekazywać do Biura Zawodów drogą mailową tomasz-znajdek@wp.pl w czasie 3 dni od daty zakończenia biegu. Protesty rozstrzyga Zarząd Stowarzyszenia Sport4Life , którego decyzje są nieodwołalne.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia dodatkowych klasyfikacji i nagród oraz zwiększenie limitu startujących.

XVIII. KONTAKT

Tomasz Znajdek

 tel. 502 234 104

 e:mail. tomasz-znajdek@wp.pl