

## REGULAMIN

### VII Celestynowskiego Biegu Ulicznego – Biegowe Grand Prix

04,18,25.09.2021 r.

#### I. Cel:

Podnoszenie sprawności fizycznej, popularyzacja biegania jako aktywnej formy spędzenia czasu i integracja środowiska poprzez sport. Możliwość zaprezentowania swoich umiejętności biegowych podczas rywalizacji sportowej.

#### II. Organizator:

Gminny Ośrodek Kultury i Sportu w Celestynowie.

#### III. Termin i miejsce:

VII Celestynowski Bieg Uliczny – Biegowe Grand Prix odbędzie się:

Ponurzyca – 04.09.2021r.

Lasek – 18.09.2021r.

Lasek – 25.09.2021r.

#### IV. System zawodów sportowych:

1. VII Celestynowski Bieg Uliczny – Biegowe Grand Prix składa się z trzech etapów:

- Etap pierwszy: Ponurzyca – 04.09.2021r.

- Etap drugi: Lasek – 18.09.2021r.

- Etap trzeci: Lasek – 25.09.2021r.

2. W każdym etapie dostępne są dystanse na:

- **300 m:** kategoria wiekowa: 8 lat i młodsi

- **600 m:** kategorie wiekowe: 9-10 lat, chłopcy i dziewczęta

- **1000 m:** kategorie wiekowe: 11-12, 13-14 lat, chłopcy i dziewczęta

- **5 km:** kategoria: Open kobiet i mężczyzn

- **Sztafeta Rodzinna 4x250 m** (dwie osoby pełnoletnie: mama, tata, wujek, dziadek itp.. i dwie osoby niepełnoletnie)

- **10 km:** *katęgoria:* Open kobiet i męzczyzn

- **5 km** nordic walking - *katęgoria:* Open kobiet i męzczyzn

#### **V. Harmonogram i program startów biegów :**

1. 9:00-10:30 – rejestracja uczestników biegów dziecięcych i odbiór pakietów startowych na 300 m,600 m,1000 m, sztafeta rodzinna 4x250 m

2. 10:45-11:45 – start biegów dziecięcych w kolejności: 300 m,600 m,1000 m, sztafeta rodzinna 4x250 m (po zakończeniu wszystkich biegów dziecięcych odbędzie się dekoracja miejsc 1-3 oprócz biegu na 300 m)

3. 10:30-11:45 – rejestracja uczestników i odbiór pakietów startowych biegów w kategorii OPEN , 5 km Nordic Walking , 5 km,10 km

4. 12:00 – start biegów OPEN:

5 km Nordic Walking ,5km,10 km

(po zakończeniu każdego biegu odbędzie się dekoracja miejsc 1-3)

#### **VI. Atrakcje dodatkowe:**

- strefa sportowo – rekreacyjna

#### **VII. Oznakowanie tras:**

1.Trasy wszystkich biegów oznaczone będą z wykorzystaniem znaków poziomych oraz pionowych.

#### **VIII. Charakterystyka nawierzchni tras:**

- **Trasa bieg 300 m:** Trasa biegnie drogą gminną. Nawierzchnia: droga leśna, piaszczysta.

- **Trasa bieg 600 m:** Trasa biegnie drogą gminną. Nawierzchnia: droga leśna, piaszczysta.

- **Trasa bieg 1000 m:** Trasa biegnie drogą gminną. Nawierzchnia: droga leśna, piaszczysta.

- **Trasa bieg sztafeta rodzinna 4x250 m:** Trasa biegnie drogą gminną. Nawierzchnia: droga leśna, piaszczysta.

- **Trasa dla kategorii bieg 5 km:** Trasa biegnie drogą gminną/powiatową: Nawierzchnia: droga leśna, piaszczysta, gruntowa.

- **Trasa bieg 10 km:** Trasa biegnie drogą gminną/powiatową: Nawierzchnia: droga leśna, piaszczysta, gruntowa.

**(TRASA POKONYWANA JEST DWUKROTNI PRZEZ BIEGAJACYCH)**

### **IX. Limit pomiaru czasu**

Limit czasu dla kategorii:

- **BIEG na 300 m** – 5 minut
- **BIEG na 600 m** – 5 minut
- **BIEG na 1000 m** – 10 minut
- **BIEG na sztafeta rodzinna 4x250 m** – 10 minut
- **BIEG na 5 km** – 60 minut
- **NORDIC WALKING na 5 km** – 100 minut
- **BIEG na 10 km** – 100 minut

### **X. Zasady uczestnictwa:**

1. Udział w VII Celestynowskim Biegu Ulicznym – Biegowe Grand Prix jest bezpłatny.
2. W Biegowym Grand Prix może wziąć udział maksymalnie 200 osób w każdym etapie.
3. Wszystkie osoby niepełnoletnie bez względnie muszą posiadać pisemną zgodę rodziców bądź prawnych opiekunów oraz dostarczyć ją do punktu rejestracji przed rozpoczęciem biegu (wzór oświadczenia załącznik nr 1).
4. Warunkiem udziału w biegu jest złożenie oświadczenia o zdolności uczestnictwa w VII Celestynowskim Biegu Ulicznym – Biegowe Grand Prix. Podpisując oświadczenie uczestnictwa Uczestnik zaświadcza, że stan jego zdrowia umożliwia mu udział w biegu (wzór oświadczenia załącznik nr 2). Oświadczenie musi zostać dostarczone do punktu rejestracji przed rozpoczęciem biegu. Dodatkowo każdy uczestnik zobowiązany jest do podpisania oświadczenia o wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych oraz podpisanie klauzuli informacyjnej (załącznik numer 3)
5. Wszyscy uczestnicy muszą zostać zweryfikowani w punkcie rejestracji.
6. Podczas biegu wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulki. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona i grozi dyskwalifikacją.
7. Przebywanie na trasie biegu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy. W szczególności zabrania się poruszania się po trasie biegu na rowerach, deskorolkach i innych urządzeniach mechanicznych oraz ze zwierzętami.
8. Uczestnicy na mecie nieposiadający numeru startowego i elektronicznego chipu do pomiaru czasu, nie będą sklasyfikowani.

## **9. Uczestniczący winni być ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków.**

Organizator nie ponosi odpowiedzialności za następstwa nieszczęśliwych wypadków, w tym za kontuzje, wypadki, problemy zdrowotne uczestników podczas trwania zawodów.

10. Sprawy sporne wynikłe w czasie trwania biegu rozstrzyga organizator.

11. Uczestnicy biegu winni są stosować się do aktualnych zasad bezpieczeństwa związanych z pandemią wirusa COVID-19.

12. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy zagubione lub pozostawione w szatni.

13. Organizator nie zapewnia ubezpieczenia NNW podczas zawodów biegowych.

14. Zawodnicy startują w VII Celestynowski Bieg Uliczny – Biegowe Grand Prix na własną odpowiedzialność i oświadczają, że nie mają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału.

## **XI. Zasady zachowania uczestników VII Celestynowskiego Biegu Ulicznego – Biegowe Grand Prix istotne dla bezpieczeństwa ruchu drogowego**

1. Uczestnicy VII Celestynowskiego Biegu Ulicznego – Biegowe Grand Prix są zobowiązani do przestrzegania zasad ruchu drogowego.

2. Odcinki biegu prowadzące drogami publicznymi zostaną zabezpieczone przez funkcjonariuszy odpowiednich służb i odbędą się przy częściowym i czasowym ograniczeniu ruchu drogowego. Wszyscy uczestnicy biegu zobowiązani będą do zachowania szczególnej ostrożności.

3. Uczestnicy biegu zobowiązani są do bezwzględnego zastosowania się do wskazań i poleceń Policji, Straży Pożarnej, służb porządkowych Organizatora biegu oraz osób odpowiedzialnych za bieg.

4. Zawodnicy będą biegali zgodnie z oznaczeniami na trasie oraz wskazaniem służby porządkowej, nie zbaczając z wyznaczonej trasy.

5. Uczestnicy nie mogą spożywać w trakcie biegów napojów alkoholowych, środków odurzających oraz przebywać w stanie nietrzeźwym. Do udziału w zawodach nie zostaną dopuszczone osoby, których zachowanie wskazuje na to, iż znajdują się one pod wpływem alkoholu lub innego środka odurzającego.

6. Nieprzestrzeganie zasad bezpieczeństwa będzie skutkowało odebraniem numeru startowego oraz nie dopuszczeniem do udziału w biegu.

7. W przypadku zakłócenia porządku publicznego służby porządkowe zawiadamiają funkcjonariuszy Policji.

## **XII. Nagrody**

1. Organizator zapewnia medale dla laureatów pierwszych trzech miejsc w kategorii biegu na: 600 m, 1000 m, 5 km, 10 km oraz nordic walking na 5km. Dodatkowo każdy uczestnik biegu otrzyma pamiątkową koszulkę i medal.
2. W każdym etapie następuje dekoracja miejsc 1-3 (z wyjątkiem biegu na 300 metrów)
3. Podczas wszystkich etapów prowadzona jest klasyfikacja generalna. Po zakończeniu 3 etapu następuje dekoracja miejsc 1-3 w klasyfikacji generalnej Grand – Prix (klasyfikacja generalna Grand Prix nie obejmuje nordic walking, sztafety rodzinnej oraz biegu na 300 m.
4. Klasyfikacja główna 3 etapów Biegowego Gran Prix odbywa się na podstawie ilości zdobytych punktów w każdym etapie. Ilość zdobytych punktów zależy od zajętych miejsc w poszczególnych etapach.

<b>Miejsce</b>	<b>Punkty</b>
1	100
2	80
3	60
4	50
5	45
6	40
7	36
8	32
9	29
10	26
11	24
12	22
13	20
14	18
15	16
16	15
17	14
18	13
19	12
20	11
21	10
22	9
23	8
24	7
25	6
26	5
27	4
28	3
29	2
30	1

5. Za zajęcie miejsc 1-3 w klasyfikacji generalnej 3 etapów Biegowego Grand Prix przewidziane są nagrody rzeczowe.

### **XIII. Zgłoszenia.**

1. Zgłoszenia do Celestynowskiej ligi biegowej przyjmowane są do dnia:

Etap 1 Ponurzyca - 02.09.2021 roku do godziny 24:00.

Etap 2 Lasek/Dąbrówka - 16.09.2021 roku do godziny 24:00.

Etap 2 Lasek/Dąbrówka - 23.09.2021 roku do godziny 24:00.

2. Rejestracja uczestników odbywa się za pomocą formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie [www.gokcelestynow.pl](http://www.gokcelestynow.pl)

3. Oświadczenia i weryfikacja uczestników biegu przyjmowane będą w punkcie rejestracyjnym w momencie wydawania pakietu startowego w godzinach 9:00-10:30- biegi dziecięce na 300 m, 600 m, 1000 m,

3. Oświadczenia i weryfikacja uczestników biegu przyjmowane będą w punkcie rejestracyjnym w momencie wydawania pakietu startowego w godzinach 9:00-10:30- biegi Open na 5 km, 10 km, sztafeta rodzinna 4x250 m, Nordic Walking na 5 km.

4. W sztafecie rodzinnej startują cztery osoby: dwoje dorosłych (pełnoletnich tat, mama, dziadek itp..) i dwójka dzieci (niepełnoletnich). Każda osoba pokonuje wyznaczony odcinek 500 m przekazując pałeczkę (lub inny ustalony przez Organizatora przedmiot) następnej osobie. Sztafetę rodziną zgłasza jedna osoba za pomocą elektronicznego formularza zgłoszeń dostępnego na stronie [www.gokcelestynow.pl](http://www.gokcelestynow.pl).

**5. Organizator nie przewiduje rejestracji nowych osób w dniu biegu jeśli lista startowa na dany etap będzie w pełni zapelniona, (limit zgłoszeń na każdy etap to 200 osób).**

### **XIV. Postanowienia końcowa**

1. Wszyscy uczestnicy muszą przestrzegać regulaminu. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za uczestnika nieprzestrzegającego regulaminu imprezy.

2. Organizator zastrzega sobie prawo do ostatecznej interpretacji regulaminu.

3. Organizator zapewnia podstawową opiekę medyczną na czas trwania biegu.

4. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę, przy zamkniętym ruchu ulicznym.

5. Organizator biegu jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec uczestników biegu. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność. Uczestnicy ponoszą osobistą odpowiedzialność za wszystkie działania lub zaniechania skutkujące naruszeniami dóbr lub praw innych osób.

6. W uzasadnionych przypadkach Organizator zastrzega sobie prawo odwołania biegów lub ich przerwania bez podania przyczyny.

7. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu do momentu rozpoczęcia biegu.

8. W sprawach nieobjętych regulaminem decyduje Organizator.