

# **VI OLESZYCE PÓLMARATON**

## **V OLESZYCE NORDIC WALKING**

### **(Biegniemy dla Mateusza i Bogdana)**

#### **1. CEL ZAWODÓW**

1. Promocja miasta i gminy Oleszyce, gminy Stary Dzików i powiatu lubaczowskiego, jako miejsca przyjaznego dla ludzi aktywnych.
2. Integracja środowiska biegaczy i miłośników Nordic Walking.
3. Promocja terenów leśnych Nadleśnictwa Oleszyce, jako idealnego miejsca do rekreacji i wypoczynku
4. Promocja biegania i Nordic Walking jako leku na długowieczność i sposobu na walkę z nałogami.
5. Budowanie społeczeństwa obywatelskiego w oparciu o ideę wolontariatu i filantropii.
6. Zbiórka na rehabilitację Mateusza i Bogdana.

#### **2. ORGANIZATORZY**

1. Stowarzyszenie „Czas na pomoc” w Oleszycach.
2. Nadleśnictwo Oleszyce.
3. Urząd Miasta i Gminy w Oleszycach.
4. Urząd Gminy w Starym Dzikowie.
5. Starostwo Powiatowe w Lubaczowie.

#### **3. TERMIN I MIEJSCE**

1. Zawody odbędą się dnia **10 lutego 2019r. (niedziela)**. Start **o godz. 11.00**. Półmaraton i Zawody Nordic Walking rozegrane zostaną na dystansie 1 pętli. Trasa może ulec zmianie w zależności od warunków pogodowych.
2. Start i meta biegu znajdować się będzie pod Leśniczówką Zabiąła.
3. Szczegółowe trasy i regulamin zostanie umieszczone na stronach internetowych [www.czasnapomoc.iap.pl](http://www.czasnapomoc.iap.pl), [www.maratonypolskie .pl](http://www.maratonypolskie.pl)
4. Długość trasy półmaratonu: **21,097km. - bez atestu**, Nordic Walking : **9,4 km. - bez atestu**.
5. Biuro zawodów otwarte w dniu zawodów od godz. 9.00 – Leśniczówka Zabiąła.

6. Organizator o godz. 10,00 zapewnia udział na miejscu zawodów w niedzielnej Mszy św. polowej dla uczestników biegu odprawionej przez biegających księży.

## 4. TRASA

Trasa wytyczona na terenie Lasów Państwowych Nadleśnictwa Oleszyce, w większości asfaltowa (możliwość pokrywy śnieżnej), ok. 4km poprowadzona przez utwardzone dukty leśne. W razie dużych opadów śniegu trasa zostanie odśnieżona przed startem. W 100% przebiega przez las, na całości jest zamknięty ruch kołowy, oraz zostanie oznaczona pionowo co 1 km. Na wszystkich kluczowych zakrętach i rozwidleniach trasa będzie zabezpieczona będzie przez wolontariuszy.

## 5. PUNKTY ODŻYWIANIA

1. Punkty odżywiania zaopatrzone w napój izotoniczny, wodę niegazowaną i węglowodany będą na 5, 10 i 16 km dla biegaczy i na 5 km dla Nordic.
2. Na mecie zawodów zorganizowane będzie ognisko. Kiełbasę, dodatki, ciepłe napoje dla uczestników zapewniają organizatorzy. Dobrą zabawę i humor zapewniają uczestnicy.
3. Bezpośrednio po biegu zapraszamy na grochówkę z kuchni polowej lub danie wegetariańskie. **W formularzu zgłoszeniowym prosimy o wybranie opcji „wegetariańskie” lub „grochówka”.** Wydawanie dania wegetariańskiego tylko za okazaniem numeru startowego. Grochówka dla wszystkich chętnych.

## 6. ZASADY UCZESTNICTWA

1. Zawodnicy obowiązkowo wypełniają „Oświadczenie” z własnoręcznym podpisem (załącznik nr 1 regulaminu), że ich stan zdrowia pozwala na udział w zawodach, startują na własną odpowiedzialność, oraz wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych.
2. Każdy uczestnik zawodów jest **zobowiązany** do umieszczenia numeru startowego w miejscu widocznym, na wysokości klatki piersiowej lub pasa pod karą dyskwalifikacji, oraz umocowania chipa pomiarowego na bucie lub nodze poniżej kolana, który **należy zwrócić** w strefie mety.
3. Warunkiem sklasyfikowania zawodnika jest pokonanie zatwierdzonej trasy w regulaminowym czasie **3 godzin**. Zawodnicy którzy nie ukończą biegu lub marszu do 14.00 zobowiązani są do przerwania biegu i dojechania do mety pojazdem z napisem „Koniec Biegu”. Ktokolwiek pozostanie na trasie po upływie tego czasu, ponosi za to odpowiedzialność, stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.
4. W zawodach mogą uczestniczyć **tylko** osoby pełnoletnie.
5. Uczestnicy zmagają Nordic Walking oceniani będą przez sędziów. **Podbieganie** zamyka możliwość zajęcia miejsca na podium w każdej kategorii Nordic Walking. W naszych koleżeńskich zawodach nie ma dyskwalifikacji na trasie. Każdy uczestnik na mecie otrzyma medal.

**6. Zawodnicy Nordic Walking zobowiązani są do poruszania się prawą stroną trasy, pojedynczo lub maksymalnie we dwie osoby równoległe aby nie tarasować trasy biegaczom.**

7. Prowadzona będzie klasyfikacja Leśników. Prawo do uczestnictwa w zawodach Leśników mają aktualni i emerytowani pracownicy Lasów Państwowych, oraz pracownicy firm świadczących usługi dla Lasów Państwowych. W formularzu zgłoszeniowym proszę wybrać kategorie „Leśnicy”

## **7. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA**

1. Zgłoszenia do V Oleszyce Półmaratonu (bieg i Nordic Walking) przyjmowane będą wyłącznie poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie [www.pomiar-czasu.pl](http://www.pomiar-czasu.pl) .**Otwarcie zapisów 01.01.2019r.**

2. E-zgłoszenia będą przyjmowane do dnia **2 lutego 2019r.** Po tym terminie zgłoszenie będzie możliwe jedynie po wcześniejszym kontakcie telefonicznym, tel: Zbyszek-**794 719 189**, Marek-**660 099 927** o ile wcześniej nie zostanie wyczerpany limit miejsc.

3. Udział w zawodach możliwy tylko po prawidłowym wypełnieniu formularza zgłoszeniowego, podpisania oświadczenia w biurze zawodów oraz uiszczeniu opłaty startowej.

4. Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wypełnienia limitu zgłoszeń który wynosi **300 osób dla Półmaratonu i 100 osób dla Nordic Walking.** / decyduje kolejność zgłoszeń/.

5. Opłata startowa za udział w IV Oleszyce Półmaratonie i Nordic Walking wynosi co najmniej **60zł.** Kwota 10zł i każda wpłata ponad regulaminowe 60 zł zostanie przekazana na rehabilitację Mateusza i Bogdana, młodych chłopaków po urazie kręgosłupa. Należy uiścić ją w terminie 14 dni od daty zgłoszenia. Po tym terminie skreślamy z listy startowej.

6. Opłatę jest dobrowolna i należy ją uiścić na konto: Stowarzyszenie „Czas na pomoc” **74 9101 1026 2003 3701 8827 0001.**

Tytuł przelewu: Darowizna na cele statutowe-..... (imię i nazwisko zawodnika).

7. Osoby, które wniosą opłatę startową po **3 lutego 2019** roku powinny posiadać ze sobą potwierdzenie przelewu podczas weryfikacji w Biurze Zawodów. **Nie ma możliwości wpłat gotówkowych w biurze zawodów.**

8. Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę uczestników na jednym blankiecie wpłaty. W takim wypadku w tytule przelewu należy wpisać imiona i nazwiska uczestników, za których wnoszona jest opłata startowa.

9. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. **Istnieje możliwość przeniesienia raz wniesionej opłaty na innego uczestnika, po kontakcie mailowym (z adresu użytego w rejestracji) z organizatorem.**

10. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik otrzymuje:

- elektroniczny pomiar czasu
- numer startowy z chipem i agrafkami,

- gadżet sportowy lub inny
- napoje na trasie i mecie biegu,
- medal na mecie,
- worek na odzież (depozyt),
- ciepły posiłek po biegu ,
- świeże powietrze i niezapomniane widoki.
- sędziowanie Nordic Walking

## 8. KLASYFIKACJA

Prowadzone będą klasyfikacje:

1. Generalna Kobiet i Mężczyzn w Półmaratonie. (Miejsca I-III)
2. Generalna Kobiet i Mężczyzn Nordic Walking. (Miejsca I-III)
3. Wiekowa w Półmaratonie: (Miejsca I-III)  
Kobiet: K-18, K-30, K-40, K-50, K-60+  
Mężczyzn: M-18, M-30, M-40, M-50, M-60+
4. Wiekowa Nordic Walking : **(Tylko I miejsce)**  
Kobiet: K-18, K-30, K-40, K-50, K-60+  
Mężczyzn: M-18, M-30, M-40, M-50, M-60+
5. Generalna „Leśnicy” Kobiet i Mężczyzn w Półmaratonie. (Miejsca I-III)

We wszystkich klasyfikacjach brany jest pod uwagę czas netto oraz rok urodzenia.  
Nagrody z pkt. 1 i 3 oraz pkt. 2 i 4 nie dublują się.

## 9. NAGRODY

**Wszyscy uczestnicy naszych zawodów są zwycięzcami.**

1. Zawodnicy, którzy ukończą zawody otrzymają na mecie pamiątkowy medal.
2. Zwycięzcy w poszczególnych klasyfikacjach (miejsca I-III) otrzymają statuetki .
3. Organizator zastrzega sobie możliwość ufundowania dodatkowych nagród.

## 10. OCHRONA DANYCH OSOBOWYCH

1. Dane osobowe oraz wizerunek uczestników V Oleszyce Półmaraton będą przetwarzane w celach przeprowadzenia biegu, wyłonienia zwycięzcy, przyznania i wydania nagród oraz publikacji list startowych i wyników oraz wykorzystane zostaną w materiałach fotograficznych i filmowych z biegu.
2. Dane osobowe uczestników Półmaratonu będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w ustawie z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. z 2002 r., Nr 101 poz. 926 z późn. zm.). Administratorem danych osobowych jest Organizator.
3. Uczestnik ma prawo wglądu do swoich danych osobowych oraz ich poprawiania.

## 11. Postanowienia końcowe:

1. Organizator zapewnia:

- Opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy w okolicy startu i mety. Zalecane jest posiadanie przy sobie telefonu celem poinformowania Organizatora o złym stanie zdrowia bądź kontuzji swojej lub innych uczestników w trakcie trwania biegu. Nr alarmowy będzie naniesiony na numerze startowym
- Depozyt: Pozostawienie i odbiór depozytów odbywać się będzie na podstawie numeru startowego.
- Przebieralnie wraz z węzłem sanitarnym, bez pryszniców.

2. Za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie organizator nie odpowiada.

3. Wszystkich uczestników Biegu obowiązuje niniejszy Regulamin.

4. Ze względów bezpieczeństwa Organizator zastrzega sobie prawo do skrócenia trasy, zmiany godziny startu, przerwania lub odwołania Zawodów w przypadku wystąpienia bardzo trudnych warunków atmosferycznych lub klęsk żywiołowych, bez możliwości zwrotu wpisowego.

5. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.

6. Organizator posiada ubezpieczenie OC.

7. Zabrania się zaśmiecania lasu i wyrzucania śmieci podczas imprezy oraz niszczenia przyrody.

8. Po ukończeniu wyścigu Organizator zaprasza na **gawędy biegowe** przy ognisku.

9. Interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

Załącznik Nr 1 do Regulaminu VI Oleszyce Półmaraton i V Oleszyce Nordic Walking

..... dnia .....

### OŚWIADCZENIE

1. Imię i Nazwisko .....

2. Miejsce urodzenia .....

3. Data urodzenia.....

Oświadczam, że mój stan zdrowia pozwala na uczestnictwo w **VI Oleszyce Półmaraton** lub **V Oleszyce Nordic Walking** w dniu 10.02.2019 roku, oraz że nie ma żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w powyższych zawodach sportowych.

Oświadczam, że zapoznałem/am się z regulaminem , w pełni go akceptuję i zobowiązuję do jego przestrzegania.

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb realizacji procesu rejestracji, prezentacji wyników biegu oraz przetwarzania ich przez organizatora zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych.

.....