

REGULAMIN

VII Biegu i Marszu Nordic Walking

„ O Puchar Miejskiej Góry”

Stary Sącz 01 września 2024 roku.

ORGANIZATOR:

- Stowarzyszenie Aktywny Stary Sącz ul. Bandurskiego 33,
33-340 Stary Sącz NIP 7343340064. KRS 0000955565.

WSPÓŁORGANIZATOR:

- Gmina Stary Sącz.

PARTNERZY BIEGU

- Nadleśnictwo Stary Sącz – Lasy Państwowe.

PATROINAT HONOROWY

JACEK LELEK- BURMISTRZ STAREGO SĄCZA

TERMIN I MIEJSCE TRASY:

- Biegi i Marsz NW rozegrane zostaną w dniu **01 września 2024 roku**
(NIEDZIELA) Miejska Góra w Starym Sączu.

DYSTANSE:

- **BIEG TOWARZYSZĄCY i MARSZ Nordic Walking - 5 km:**

- 1.Start biegu 5 KM o godz. **13:05** Polana Miejskiej Góry
- 2.Start marszu NW 5 KM o godz. **13:10** Polna Miejskiej Góry.
- 3.Trasa oznakowana, asfalt 10%, beton 10% drogi szutrowe 10%, ścieżki leśne 70%.

4. Mapa trasy



5. Profil trasy

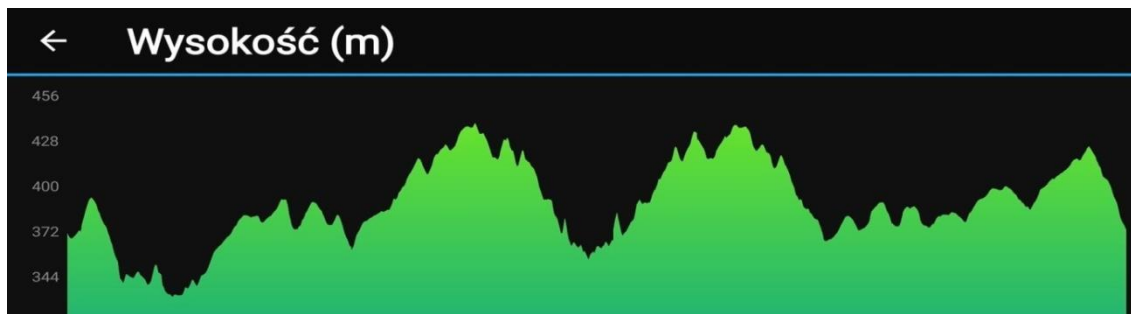


- **BIEG GŁÓWNY - około 16 km+**

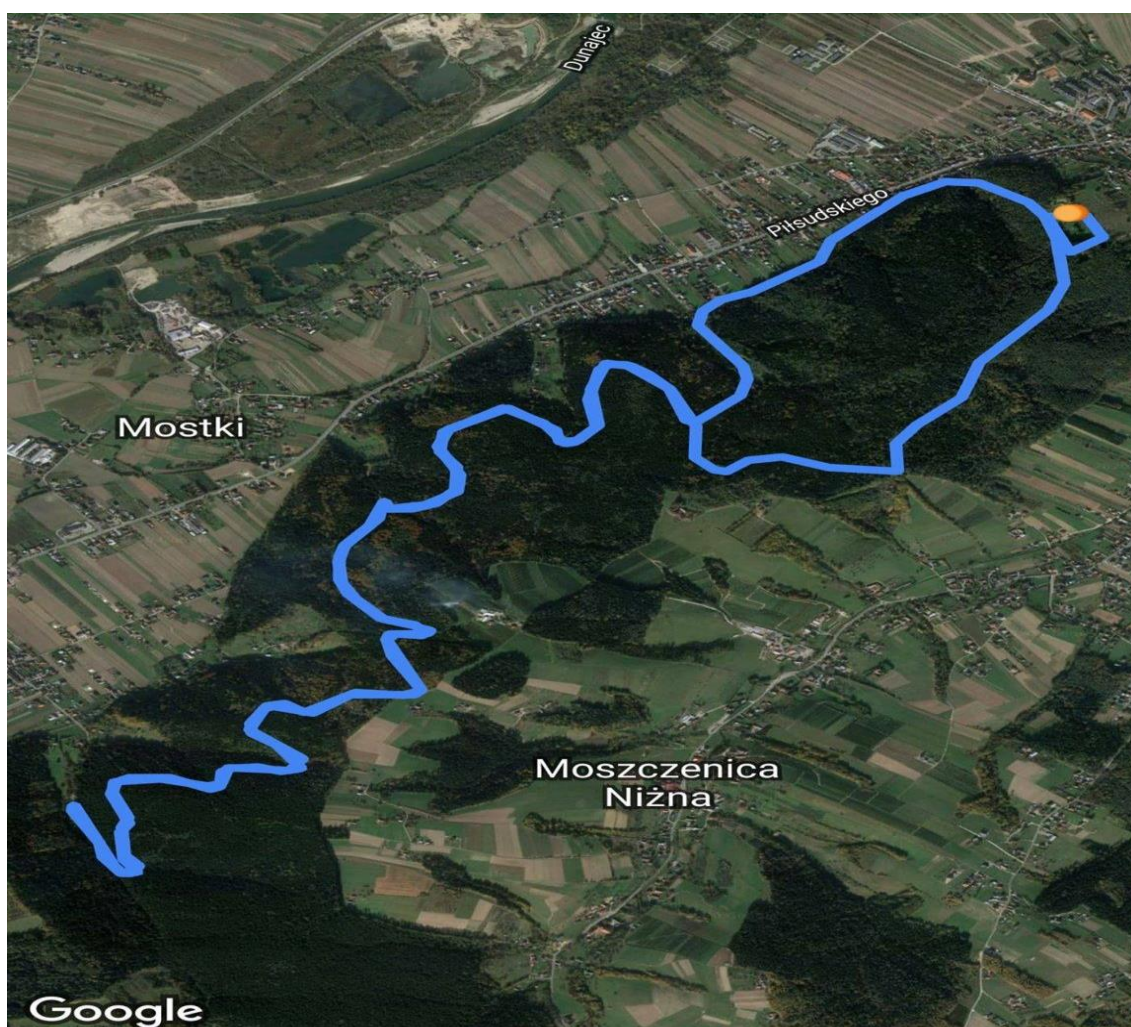
1. Start biegu o godz. **13:00** Polana Miejskiej Góry.

2.Trasa oznakowana: asfalt 20%, beton 10% drogi szutrowe 10%, ścieżki leśne 60%.

3.Mapy trasy:



4.Profil trasy



BIEG KUMAKA

Start biegu godz.11:45 Miejska Góra w Starym Sączu.

Biuro zawodów od godz.10:30-11:30,

Trasa oznakowana na terenie Polany Miejskiej Góry. Długości trasy będą dostosowane do wieku dzieci i będą wynosić od 50-400 m.

Kategorie wiekowe:

3 – 5 lat

6 – 9 lat

10 – 12 lat

ZAPISY:

Od dnia 1.08 2024 r – do 26.08.2024 r.

poprzez email: kontakt@aktywnystarysacz.pl

Dane potrzebne do zapisu: Imię i Nazwisko - data urodzenia.

Dla wszystkich uczestników organizator przewidział pamiątkowy medal, nagrody.

UCZESTNICTWO I ZGŁOSZENIA, BIURO ZAWODÓW:

1. W biegu główny, towarzyszącym, marszu NW prawo startu mają osoby, które do dnia 01.09.2024 roku ukończą 18 lat oraz osoby z rocznika 2006-2008 (18 – 16 lat ukończone w chwili startu) za zgodą rodzica lub opiekuna prawnego.
2. Osoby niepełnoletnie – rodzice lub prawni opiekunowie rejestrują osobę niepełnoletnią przyjmując na siebie odpowiedzialność za start nieletnich oraz wypełniają i podpisują pisemną zgodę.
3. W biegach / marszu biorą udział wyłącznie osoby zarejestrowane i opłacone.
4. Należy pamiętać, iż liczba uczestników biegu/ marszu jest ograniczona.

LIMITY:

NAZWA BIEGU	LIMIT
5 KM	100 osób
16 KM	100 osób
NW 5 KM	100 osób
BIEG KUMAKA	100 osób

5. Zgłoszenia do udziału przyjmowane są w formie elektronicznej do dnia **26.08.2024 r.**
6. Za całkowite, zgłoszenie uważa się wypełnienie elektronicznego formularza zgłoszeniowego, poprawne zapisanie się oraz obecność na elektronicznej liście startowej plus wpłacenie opłaty startowej na podany poniżej numer konta bankowego.
7. Zapisy na zawody będą się odbywać w biurze zawodów o ile nie zostanie przekroczony limit zapisanych i opłaconych zawodników.
8. Potwierdzenie prawidłowej rejestracji i opłacenie wpisowego jest pojawienie się numeru startowego na liście startowej umieszczonej na stronie zawodów.
9. kolejności przyjęcia na listę startową decyduje termin otrzymania wpłaty opłaty startowej (data i godzina).
10. Wszyscy Uczestnicy startujący w zawodach wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych do celów związanych z realizacją zawodów oraz celów marketingowych Organizatora.
11. Organizator zezwala na pokonanie trasy biegu/ marszu z psem pod warunkiem odpowiedniego zabezpieczenia.
12. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu lub innych środków odurzających.

OPŁATY STARTOWE:

1. Opłatę startową należy przelać na konto: **STOWARZYSZENIE AKTYWNY STARY SĄCZ**
2. Nr konta: **16 8816 0001 2001 0014 4993 0001**
3. Adres: **ul. Bandurskiego 33, 33-340 Stary Sącz**
4. Tytuł: **opłata startowa – wybrany bieg – imię i nazwisko**

OPŁATY STARTOWYCH:

NAZWA BIEGU	I TERMIN	II TERMIN	III TERMIN	BIURO ZAWODÓW
BIEG o Puchar Miejskiej Góry 5 KM	Do 30.06.2024 80,00 zł	Do 31.07.2024 90,00 zł	Do 26.08.2024 100,00 zł	1.09.2024 110,00 zł
MARSZ NW Miejska Góra 5 KM	Do 30.06.2024 60,00 zł	Do 31.07.2024 70,00 zł	Do 26.08.2024 80,00 zł	1.09.2024 90,00 zł
BIEG Główny 16 KM	Do 30.06.2024 90,00 zł	Do 31.07.2024 100,00 zł	Do 26.08.2024 110,00 zł	1.09.2024 120,00 zł
BIEG KUMAKA	20,00 zł	20,00 zł	20,00 zł	30,00 zł

Termin zgłoszeń i opłat internetowych **do dnia 26 sierpnia 2024 r.**

Wniesienie opłaty startowej możliwe jest:

- Przelew bankowy (zalecany ze względów organizacyjnych)
 - W Biurze zawodów wg stawki obowiązującej w dniu dokonania wpłaty (w miarę dostępności pakietów)
5. Organizator nie zwraca opłaty startowej osobom, które nie ukończyły zawodów lub też nie wzięły udziału w zawodach.
 6. Organizator nie odpowiada za zaginięcie przelewu bankowego z winy poczty lub banku.
 7. Aktualizacja wpłat odbywać się będzie na bieżąco,

UWAGA! Zawodnik po rejestracji zobowiązany jest do wniesienia opłaty startowej w terminie 7 dni od rejestracji. Brak opłaty w terminie 3 dni powoduje

automatyczne usunięcie zgłoszenia co wymaga ponownej rejestracji zawodnika chcącego startować. Wszyscy zapisani i opłaceniu do 14 sierpnia 2024 r. mają zapewniony cały pakiet startowy. Osoby zapisane po 14 sierpnia 2024 r. pełny pakiet startowy w miarę możliwości organizatora.

BIURO ZAWODÓW:

Miejska Góra czynne od godz. 10:00 – 12:30.

1. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu/ marszu muszą zostać zweryfikowani w biurze zawodów, które znajdują się na Miejskiej Górze w Starym Sączu.
2. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dokument tożsamości (osoby niepełnoletnie muszą się stawić z rodzicem lub opiekunem prawnym oraz posiadać podpisaną zgodę).
3. Osoby odbierające pakiet za inną osobę muszą posiadać upoważnienie od zweryfikowanego
4. Zawodnicy startujący na własną odpowiedzialność, podpisują własnoręcznie oświadczenie o zdolności do udziału w biegu oraz, że nie występują przeciwwskazania do udziału w zawodach.
5. Zgłoszenie do biegu/ marszu jest równoważne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych na potrzeby biegu i jego promocji.

ŚWIADCZENIA STARTOWE:

1. numer startowy oraz agraftki,
2. bon na ciepły posiłek po biegu,
3. zabezpieczenie medyczne w trakcie trwania zawodów,
4. gadżet biegowy,
5. worek na depozyt,
6. oznakowanie trasy,
7. profesjonalny pomiar czasu,

PUNKTY KONTROLNE, LIMIT CZASU:

1. Na trasie będzie punkt kontrolny, gdzie sędzia będą spisywali numery startowe.
2. Zawodników obowiązują limity czasu wynoszące dla danego dystansu,
 - ✓ Bieg Główny 16 km+02:30:00
 - ✓ Bieg Towarzyszący 5 km – 01:30:00

✓ Marsz NW 5 km – 01:30:00

NAGRODY:

Uczestnicy Biegów i Marszu NW będą nagradzani w kategorii OPEN oraz w kategoriach wiekowych:

BIEG 16 KM+

M/K 1-3 NAGRODY FINANSOWE

1 miejsce - 700,00 zł

2 miejsce - 600,00 zł

3 miejsce - 500,00 zł

NAGRODY W KATEGORIACH WIEKOWYCH

BIEG 16 KM NAGRODY RZECZOWE

M/K 20 (16-29) 1- 3

M/K 30 (30-39) 1-3

M/K 40 (40-49) 1-3

M/K 50 (50- 59) 1-3

M/K 60 (60+) 1-3

BIEG 5 KM

M/K 1-3 NAGRODY FINANSOWE

1 miejsce - 500,00 zł

2 miejsce - 400,00 zł

3 miejsce - 300,00 zł

KATEGORIE:

BIEG 5,5 KM NAGRODY RZECZOWE

M/K 20 (16-29) 1- 3

M/K 30 (30-39) 1-3

M/K 40 (40-49) 1-3

M/K 50 (50 -59) 1-3

M/K 60 (60+) 1-3

NAGRODY W KATEGORIACH WIEKOWYCH

M/K 20 (16-29) 1- 3

M/K 30 (30-39) 1-3

M/K 40 (40-49) 1-3

M/K 50 (50- 59) 1 - 3

M/K 60 (60+) 1 - 3

MARSZ NW 5 KM

M/K 1-3 NAGRODY FINANSOWE

1 miejsce - 300,00 zł

2 miejsce - 250,00 zł

3 miejsce - 200,00 zł

NAGRODY W KATEGORIACH WIEKOWYCH

MARSZ NW

M/K 35 (16-35) 1- 3

M/K 50 (36-50) 1-3

M/K 60 (51-60) 1-3

M/K 60+ 1-3

(Zawodnicy, którzy otrzymali nagrody w OPEN (K/M) nie będą klasyfikowani w poszczególnych kategoriach wiekowych).

NAGRODY dla WSZYSTKICH którzy UKOŃCZĄ DANY DYSTANS:

1. Każdy zawodnik, który ukończy bieg/ marsz w limicie otrzyma na mecie pamiątkowy medal.
2. Dodatkowe nagrody:
Puchary ufundowane przez Burmistrza Starego Sącza otrzymają zdobywcy biegu na 5 km K/M, oraz w miarę hojności darczyńców.
3. Aby zostać sklasyfikowanym należy ukończyć bieg/ marsz w wyznaczony limicie czasowym zgodnie z wykazem dla poszczególnym biegów. O miejscu końcowym decyduje czas przekroczenia linii mety wynikający z pomiaru prowadzonego przez Organizatora. Wszelkie sprawy sporne należy niezwłocznie zgłaszać do Organizatora, którego decyzje są ostateczne. Osoby, które będą skracać trasę biegu oraz naruszać obowiązujące przepisy niniejszego regulaminu będą natychmiast dyskwalifikowane.

POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Uczestników biegu/ marszu obowiązuje odpowiedni ubiór i obuwie do panujących warunków atmosferycznych.
2. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numer startowy przymocowany w widocznym miejscu dla organizatora. Pod karą dyskwalifikacji nie dopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub całości.
3. Nieprzestrzeganie Regulaminu Zawodów grozi dyskwalifikacją Zawodnika.
4. Organizator zastrzega sobie prawo do zmian Regulaminu Zawodów. Informację o zmianach w Regulaminie Zawodów pojawią się na stronie internetowej lub ogłoszone w osobnym komunikacie.
5. Ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu należy do Organizatorów.
6. Wszystkich zawodników zawodów na trasie obowiązuje zasada fair-play oraz bezwzględny zakaz ingerowania w oznakowanie trasy i niszczenie przyrody.
7. Wszyscy zawodnicy zwracają uwagę na urazy i kontuzje innych uczestników zawodów i zobowiązani są do udzielania pomocy osobom potrzebującym oraz powiadomienie telefoniczne na nr alarmowy o zaistniałym zdarzeniu, rodzaju kontuzji, miejscu i numeru zawodnika, który doznał kontuzji.
8. Organizator rezerwuje sobie prawo do zmiany trasy, skrócenia lub odwołania zawodów w przypadku złych warunków pogodowych lub innych zewnętrznych czynników mogących zagrażać bezpieczeństwu uczestników.

9. Organizator zapewnia depozyt w strefie start/meta. Worki na depozyt dostępne będą w biurze zawodów. Depozyt będzie do odbioru na mecie za okazaniem numeru startowego. Organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione w depozycie.
10. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez nadzoru w miejscu odbywania się biegu/ marszu.
11. Uczestnicy zawodów zezwalają na publikację swojego wizerunku w materiałach dotyczących zawodów, w szczególności w relacjach z zawodów oraz materiałach promocyjnych Zawodów.
12. Uczestnicy zawodów wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych w zakresie niezbędnym do prawidłowego przeprowadzenia zawodów.
13. Na trasie zawodów obowiązuje kategoriyczny zakaz śmiecenia. W przypadku udowodnienia zawodnikowi śmiecenia Organizator dopuszcza możliwość dyskwalifikacji startującego oraz obciążenia go kosztami sprzątnięcia terenu.
14. Ewentualne zmiany Regulaminu będą publikowane na stronie zawodów.

KONTAKT:

Organizatorzy biegu/marszu: **Stowarzyszenie AKTYWNY STARY SĄCZ**

- Sławomir Szczepaniak - Prezes Zarządu **+48 509-321-578**
- Julia Dziedzic – Wiceprezes Zarządu **+48 501-144-726**
- e-mail: kontakt@aktywnystarysacz.pl

TYTUŁ PRZELEWU: OPŁATA STARTOWA – WYBRANY BIEG – IMIĘ I NAZWISKO