

VIII SUSKI BIEG NIEPODLEGŁOŚCI – REGULAMIN

Impreza towarzysząca: Marsz Nordic Walking

I. CELE I ZAŁOŻENIA MARSZU

1. Upowszechnienie Nordic Walking jako prozdrowotnej formy ruchu.
2. Ukazanie walorów rekreacyjnych miasta Susz.
3. Integracja środowisk.
4. Uczczenie Dnia Niepodległości oraz propagowanie patriotycznej postawy w społeczeństwie.

II. ORGANIZATOR

- Gmina Susz,
- Centrum Sportu i Rekreacji im. Jana Pawła II w Suszu,

Biuro zawodów: Hala CSiR Susz

- Tel. 55 278 70 08, email sekretariat@csirsusz.pl

III. PARTNERZY

- OSP Susz
- Policja

IV. TERMIN

1. Marsz odbędzie się 11 listopada 2023 roku
2. Start o godzinie 9:30

V. TRASA

Trasa marszu liczy 5,8 km i prowadzi aleją dookoła jeziora Suskiego. Limit na jej pokonanie wynosi 1,5 godziny. Organizator zapewnia elektroniczny pomiar czasu.

Plan trasy:

Start (plac przed halą CSiR), aleja dookoła j.Suskiego, powrót na plac przed halą CSiR (meta).

Nawierzchnia:

Nawierzchnia polbrukowa (80%), nawierzchnia gruntowa (20%).

VI. ZAPISY, OPŁATY, PRAWO UDZIAŁU

1. Zapisy na imprezę będą przyjmowane drogą elektroniczną pod adresem: www.csirsusz.pl
2. Limit zawodników zapisanych na bieg wynosi: 250 osób
3. Opłatę startową wnosi się przy rejestracji.

Wysokość opłat:

- do 31.10.2023 – 30 zł (bez koszulki) / 60 zł (z koszulką)

- w dniu zawodów 11.11.2023 – 30 zł (bez koszulki) – W PRZYPADKU WOLNYCH MIEJSC

4. Za zgłoszenie uważa się prawidłowo wypełniony formularz zgłoszeniowy wraz z opłatą elektroniczną.
5. Prawo startu mają osoby, które nie posiadają żadnych przeciwwskazań zdrowotnych do wysiłku sportowego:
 - a) od 12 do 15 roku życia – udział z rodzicem/opiekunem prawnym
 - b) od 16 do 17 roku życia – na podstawie pisemnego oświadczenia rodzica/opiekuna prawnego
 - c) od 18 roku życia – samodzielna rejestracja

6. Organizator nie zwraca opłaty startowej w przypadku rezygnacji ze startu.

VII. PAKIETY STARTOWE ORAZ ODBIÓR

1. Pakiet startowy będzie zawierał:

- nr startowy + agrafki
- chip elektroniczny (do zwrotu na mecie)
- medal okolicznościowy (na mecie biegu)
- koszulka okolicznościowa (opcjonalnie w pakiecie za 60 zł)

2. Odbiór pakietów:

- w dniu zawodów (11.11.2023) w godzinach: 8:00 – 9:30

VIII. RAMOWY PROGRAM ZAWODÓW

8:00 – 9:30 – odbiór pakietów startowych

9:30 – start Marszu Nordic Walking

11:15 – uroczyste wręczenie nagród

11:40 – zakończenie zawodów.

IX. KLASYFIKACJA

1. Klasyfikacja generalna kobiet;
2. Klasyfikacja generalna mężczyzn;
3. Klasyfikacja zawodników z Susza (3 najlepsze kobiety oraz 3 najlepszych mężczyzn);

X. NAGRODY

1. Wszyscy zawodnicy otrzymają pamiątkowy medal odlewany.
2. Miejsca I-III w kategoriach open nagrodzone zostaną statuetkami/pucharami.
3. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia dodatkowych nagród w wybranych przez siebie kategoriach.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszystkich uczestników biegu obowiązuje niniejszy regulamin
2. Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas biegu
3. Organizator nie odpowiada za rzeczy zagubione w trakcie imprezy
4. Organizator zapewnia szatnie i ciepłą herbatę po biegu oraz poczęstunek
5. Organizator zapewnia ubezpieczenie NNW zawodnika.
6. Organizator zapewnia pomiar czasu.
7. Każdy zawodnik jest zobowiązany do przymocowania numeru startowego na wysokości klatki piersiowej, w sposób widoczny.