

Regulamin

X GRAND PRIX WARKI „JUBILEUSZ” w roku 2024

I. CEL IMPREZY

- Popularyzacja i upowszechnianie biegania i marszów Nordic Walking jako najprostszej i dostępnej dla każdego formy ruchu.
- Propagowanie zdrowego trybu życia, krzewienie kultury fizycznej i rekreacji, aktywizacja mieszkańców miasta i gminy Warka oraz powiatu grójeckiego.
- Popularyzacja sportu dzieci i młodzieży , aktywizacja środowiska szkolnego

II. ORGANIZATORZY

KS START PUŁASKI WARKA, współorganizator- CeSiR Warka

III. WYKAZ IMPREZ GRAND PRIX

1. Bieg Jubileuszowy	Nordic Walking 5 km	17.03.2024
2. VI Bieg Nocny 10 km	Nordic Walking 5 km	20.04.2024
3. XVIII Bieg Pułaskiego 10 km	Nordic Walking 7 km	13.10.2024
4. I Bieg Jabcoka 5 km	Nordic Walking 5 km	27.10.2024
5. VI Bieg Mikołajkowy 7 km	Nordic Walking 5 km	08.12.2024

+ biegi dziecięce przed każdą imprezą

IV. TRASA BIEGÓW

1. Bieg Jubileuszowy- trasy leśne
2. Bieg Nocny -trasy leśne
3. Bieg Pułaskiego – ulice 70% , park, tereny działkowe i ścieżki pieszo-rowerowe
4. I Bieg Jabcoka- trasa mieszana – drogi polne, asfalt
5. Bieg Mikołajkowy – trasy leśne

V. PROGRAM SZCZEGÓŁOWY

W cyklu X Grand Prix Warki odbędzie się pięć imprez biegowych w terminach:

17.03.2024 godz .11:15

20.04.2024 godz. 19:30

13.10.2024 godz. 11:00

27.10.2024 godz. 11:00

08.12.2024 godz. 11:00

przed biegami dla dorosłych odbywać się będą zawody dla dzieci, które rozpoczną się ok. 90 minut wcześniej (w Biegu Pułaskiego nie ma zawodów dla dzieci, są odrębną imprezą)

Szczegóły imprez wraz z dokładnym programem minutowym będą podawane dwa tygodnie przed startem.

Limit czasowy dla biegaczy na dystansie 5 km wynosi 45 minut , 7 km 60 min , a na dystansie 10 km 90 minut

Limit czasowy dla Nordic Walking na dystansie 5 km wynosi 70 min, 7 km 100 min

VI. KONTAKT I ZGŁOSZENIA

Kontakt - tel.882 084 870

- e-mail: usport@wp.pl

Zgłoszenia :

- poprzez system zapisów elektronicznych lub przez komunikator klubowy, w zależności od imprezy

- przed biegiem w Biurze Zawodów w przypadku wolnych miejsc

VII. KATEGORIE I KLASYFIKACJA.

-O kolejności w klasyfikacji końcowej decyduje liczba zdobytych punktów .

Każdy zawodnik otrzymuje punkty według zasady:

Suma wszystkich zawodników kończących bieg jest równoważna z liczbą punktów pierwszego zawodnika *(przykład: 100 zawodników ukończyło bieg , pierwszy zawodnik uzyskuje 100 punktów ostatni 1punkt).*

Ważne !

-Aby liczyć się w klasyfikacji generalnej (końcowej) Grand Prix , należy ukończyć co najmniej TRZY spośród pięciu biegów/marszów.

- Osoby , które ukończą mniej , nie będą brane pod uwagę w klasyfikacji końcowej.

-W przypadku ukończenia większej ilości biegów/marszów do klasyfikacji końcowej wliczane będą TRZY najlepsze punktowo biegi

KATEGORIE BIEGACZE

- kobiet i mężczyzn OPEN miejsce I,II,III

wiekowa miejsce I,II,III
K20/M20/16-29lat/ 1995-2008
K30/M30/30-39lat/ 1994-1985
K40/M40/40-49lat/ 1984-1975
K50/M50 50-59lat/ 1974-1965
K60/M60 60-69 lat 1964- 1955
K70/M70 70----- 1954-

KATEGORIE NORDIC WALKING – bez podziału na kategorie wiekowe

VIII. NAGRODY

BIEGACZE

- Kategoria OPEN Kobiet i Mężczyzn- miejsca I,II,III puchary i dyplomy po każdym biegu oraz nagrody rzeczowe
- Kategorie wiekowe , miejsca I,II,III puchary
- Po każdym z biegów wszyscy uczestnicy otrzymują medale

Zwycięzcy w kategorii Open (I,II,III miejsce) nie są brani pod uwagę w kategoriach wiekowych

NORDIC WALKING

- Nagradzane będą miejsca wyłącznie I, II,III w kategorii Open Kobiet i Mężczyzn (osobno)
- Zwycięzcy otrzymają pamiątkowe puchary
- Wszyscy uczestnicy po ukończonym marszu otrzymują pamiątkowe medale

KLASYFIKACJA KOŃCOWA:

1. Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w biegach/Nordic Walking OPEN, miejsca I-III – puchary oraz nagrody rzeczowe
2. Zawodnicy sklasyfikowani na miejscach I-III w kat wiekowych kobiet i mężczyzn (**biegacze**)– puchary i nagrody rzeczowe
3. Zawodnicy sklasyfikowani na miejscach I-III w kat. generalnej kobiet i mężczyzn, nie będą sklasyfikowani w kategoriach wiekowych.

IX. UCZESTNICTWO

- do startu biegów kobiet i mężczyzn dopuszczeni zostaną zawodnicy, którzy ukończyli 16-ty rok życia,
- zawodnicy niepełnoletni muszą posiadać zgodę rodziców na uczestnictwo
- pobranie numeru startowego przez zawodnika jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu,
- każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania,
- biegi odbędą się bez względu na pogodę,
- warunkiem uczestnictwa jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego
- warunkiem uczestnictwa jest wyrażenie odrębnej zgody na przetwarzanie danych osobowych uczestnika podanych w formularzu zgłoszeniowym, o którym mowa powyżej w tym w oświadczeniu uczestnika o stanie zdrowia pozwalającym mu na udział w , a także zgody na zamieszczanie danych osobowych w postaci imienia, nazwiska, płci, roku urodzenia, narodowości, adresu e-mail oraz wizerunku, w przekazach telewizyjnych, radiowych, internetowych i w formie drukowanej.
- warunkiem uczestnictwa jest akceptacja udziału w GP Warki na własną odpowiedzialność, mając na uwadze niebezpieczeństwa i ryzyka wynikające z charakteru i długości trasy, które mogą polegać m.in. na ryzyku utraty (pogorszenia) zdrowia lub życia. W GP Warki powinny uczestniczyć wyłącznie osoby posiadające dobry stan zdrowia oraz nieposiadające przeciwwskazań medycznych do uczestnictwa w biegu na tych dystansach.

-

SPRAWY FINANSOWE

- koszty organizacyjne ponoszą organizatorzy,
- opłaty startowe będą podawane na bieżąco przed każdą imprezą
- członkowie klubu z opłaconą składką członkowską na rok 2024 - rabat 30%.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- organizator nie bierze odpowiedzialności za uczestników, którzy samowolnie opuszczą wyznaczoną trasę biegu lub do upływu wyznaczonego limitu czasu nie ukończą biegu.
- uczestnik, który przekroczył wyznaczony limit czasu, kończy bieg na własną odpowiedzialność,
- organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w niniejszym regulaminie
- organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy zagubione,
- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora;
- uczestnicy biegu biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.

KS Start Pułaski Warka
Regulamin sporządził: Jacek Winiarczyk
tel.882 084 870