

Regulamin

XI GRAND PRIX WARKI w roku 2025

I. CEL IMPREZY

- Popularyzacja i upowszechnianie biegania i marszów Nordic Walking jako najprostszej i dostępnej dla każdego formy ruchu.
- Popularyzacja miasta i gminy Warka jako miejsca sprzyjającego rozwojowi kultury fizycznej i rekreacji
- Promowanie walorów turystycznych miasta i gminy Warka
- Propagowanie zdrowego trybu życia, krzewienie kultury fizycznej i rekreacji, aktywizacja mieszkańców miasta i gminy Warka oraz powiatu grójeckiego.

II. ORGANIZATORZY

KS START PUŁASKI WARKA, współorganizator- CeSiR Warka

PARTNERZY: UM Warka, Starostwo Powiatowe w Grójcu, Muzeum im. Kazimierza Pułaskiego w Warce, Instytucja Kultury Dworek na Długiej, ZUK Warka, Lasy Państwowe Nadleśnictwo Dobieszyn,

III. WYKAZ IMPREZ GRAND PRIX

1. Bieg Wiosenny 5 km	Nordic Walking 5 km	30.03.2025
2. VII Bieg Nocny 7 km	Nordic Walking 5 km	13.04.2025
3. XX Bieg Pułaskiego 10 km	Nordic Walking 10 km	12.10.2025
4. VII Bieg Mikołajkowy 7 km	Nordic Walking 5 km	07.12.2025

IV. TRASA BIEGÓW

1. Bieg Wiosenny- ścieżki pieszo-rowerowe przy Pilicy
2. Bieg Nocny ścieżki pieszo-rowerowe, drogi, ulica, alejki parkowe
3. Bieg Pułaskiego – ulice 90% , park,
4. Bieg Mikołajkowy – trasy leśne

V. PROGRAM SZCZEGÓŁOWY

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

30.03.2025 godz .11:15

13.04.2025 godz. 19:30

12.10.2025 godz. 11:00

07.12.2025 godz. 10:00

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. ZGŁOSZENIA

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:

Liczba 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 CZTERECH biegów/marszów.

- Osoby, które ukończą MNIEJ NIŻ TRZY BIEGI, nie będą brane pod uwagę w klasyfikacji końcowej.

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

KATEGORIE BIEGACZE

- kobiet i mężczyzn OPEN miejsce I,II,III
- wiekowa miejsce I,II,III

K20/M20/16-29lat/ 2009-1996
K30/M30/30-39lat/ 1995-1986
K40/M40/40-49lat/ 1985-1976
K50/M50 50-59lat/ 1975-1966
K60/M60 60-69 lat 1965- 1956
K70/M70 70----- 1955-

KATEGORIE NORDIC WALKING

OPEN KOBIET I MĘŻCZYZN osobno I,II,III mce

VIII. NAGRODY

BIEGACZE

- Kategoria OPEN Kobiet i Mężczyzn- miejsca I,II,III puchary po każdym biegu
- 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
2. Zawodnicy sklasyfikowani na miejscach I-III w kat wiekowych kobiet i mężczyzn (**biegacze**)– puchary
3. Zawodnicy sklasyfikowani na miejscach I-III w kat. generalnej kobiet i mężczyzn, nie będą klasyfikowani 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

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- organizator nie bierze odpowiedzialności za uczestników, którzy samowolnie opuszczają 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