

Regulamin

ZAWODÓW NORDIC WALKING POD PATRONATEM BURMISTRZA MIASTA LUBARTÓW

I. Cele zawodów

1. Promocja aktywnego i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Lubelszczyzny.
2. Promocja miasta - organizatora imprezy jako miejsca przyjaznego dla rozwoju Nordic Walking.

II. TERMIN 30 czerwca 2019 r.

III. ORGANIZATORZY IMPREZY

Lubartów: KLUB AKTYWNYCH „ART-FIT”

Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Lubartowie

Koordynatorzy : Aleksandra Berger - 505 272 340

Ilona Skąlecka -509 499 745

Kontakt: ilona.ska@tlen.pl

Informacje i zapisy na stronach: www.lubartowbiega.pl, <https://www.facebook.com/Bieg470/>

Bezpośredni link do zapisów: **10 km** - <https://www.e-gepard.eu/pl/show-race/1473>

5 km - <https://www.e-gepard.eu/pl/show-race/1474>

Miejsce zawodów: Lubartów – Stadion MOSiR w Parku Miejskim

IV. PROGRAM MINUTOWY IMPREZY

1. 8.00 - 9.30 – osobista rejestracja uczestników
2. 9.30- 10.00 - oficjalne otwarcie imprezy
3. 10.00 – 10.20 - rozgrzewka i pokaz prawidłowej techniki
4. 10.30 – starty według kategorii wiekowych na dystansach: 10 i 5 km
5. 13.00 – zamknięcie mety
6. 13.30 - oficjalne ogłoszenie wyników i wręczenie wyróżnień

Uczestnicy proszeni są o ustawianie w strefie startu na 5 minut przed startem poszczególnych kategorii.

V. DYSTANSE

Uczestnicy zawodów startują na dystansach: **5 i 10 km**

VI. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

1. Rejestracja internetowa uczestników na stronie: <https://www.e-gepard.eu/pl/show-contest/767>
Rejestracja internetowa (elektroniczna) zostanie zamknięta na 2 dni przed dniem odbywania się imprezy.
2. Rejestracja osobista w dniu imprezy: od godz. 8.00 do 9.30 dla wszystkich kategorii wiekowych i dystansów.
3. **Uczestnicy dokonując rejestracji oświadczają, że biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność.**
4. **Rejestracja jest akceptacją niniejszego regulaminu.**
5. Opłata rejestracyjna wynosi: **20,00zł** – w dniu imprezy w biurze zawodów.

VII. ZASADY UCZESTNICTWA

1. Podczas zawodów obowiązuje regulamin i przepisy zawodów sygnowane przez ORGANIZATORA.
2. Pomiar czasu i ustalenie kolejności zawodników na mecie odbędzie się w oparciu o system elektroniczny.
3. **Pomiar czasu odbędzie się za pomocą chipów mocowanych do numerów startowych. Brak chipa przy numerze jest jednoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika. Każdy startujący powinien tak przymocować numer startowy, aby nie uszkodzić chipa. Zabrania się niszczenia chipa.**
4. **Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu na wysokości klatki piersiowej pod rygorem dyskwalifikacji.**
5. W zawodach egzekwowana jest przez sędziów prawidłowa technika nordic walking. Na wszystkich dystansach obowiązuje podział wg kategorii wiekowych, na **kategorie kobiet i mężczyzn.**
6. W kategorii osób „NIEPEŁNOSPRAWNYCH”, start odbywa się na dystansie 5 km OPEN z podziałem na kobiety i mężczyzn, bez podziału na kategorie wiekowe. NIEPEŁNOSPRAWNY uczestnik deklarując (dokumentując) start w tejże kategorii nie może być klasyfikowany w żadnej innej kategorii.
7. Wszyscy uczestnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów z dowodem tożsamości (dokument ze zdjęciem), potwierdzeniem wpłaty, a osoby niepełnosprawne dodatkowo z orzeczeniem o niepełnosprawności.
8. Każdy UCZESTNIK zobowiązany jest posiadać zaświadczenia od lekarza o braku przeciwwskazań do wysiłku fizycznego lub podpisać (w Biurze Zawodów) stosowne oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.
Uczestnicy (dzieci i młodzież), którzy nie ukończyli 18 roku życia, muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na udział w imprezie/ załącznik do regulaminu/ i mogą startować tylko na dystansie 5 km.
14. Każdy uczestnik zobowiązany jest posiadać strój sportowy stosowny do warunków pogodowych. Zaleca się posiadanie własnych kijków do Nordic Walking.
15. W dniu imprezy będzie istniała możliwość wypożyczenia kijków w biurze zawodów (ilość kijków ograniczona / decyduje kolejność zgłoszeń). Opłata za wypożyczenie kijków na czas imprezy wynosi 10 zł. Osoby wypożyczające kijki powinny zastosować się do zaleceń wypożyczającego.
16. Podczas marszu wszyscy uczestnicy muszą mieć zapewnione przez organizatora 1 numer startowy, przymocowany do stroju sportowego w sposób widoczny dla sędziów.
17. Uczestnik zawodów zobowiązany jest zapoznać się z regulaminem i przepisami zawodów. Wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz oświadczenia jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych przez organizatora. Wszystkich obowiązuje zasada „fair play”.

18. O przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia (kategorie wiekowe należy interpretować następująco np. dzieci i młodzież które 31 grudnia roku, w którym są rozgrywane zawody, będą miały ukończone 18 lat).

19. W ramach zawodów zostaną sklasyfikowane niżej wymienione kategorie wiekowe i dystanse:

Kategorie wiekowe :

DYSTANS 5 km

| <u>Kategoria wiekowa</u> | <u>Lat</u> |
|--------------------------|------------|
| Dzieci i młodzież | <18 |
| K19 - 39 / M19 - 39 | 19-39 |
| K40 – 49/ M40 – 49 | 40-49 |
| K50 – 59/ M50 - 59 | 50-59 |
| K60 +/- M60 + | > 60 |

DYSTANS 10 km

| <u>Kategoria wiekowa</u> | <u>Lat</u> |
|--------------------------|------------|
| K19 - 39 / M19 - 39 | 19-39 |
| K40 – 49/ M40 – 49 | 40-49 |
| K50 – 59/ M50 - 59 | 50-59 |
| K60 +/- M60+ | >60 |

DYSTANS 5KM / OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNE K/M OPEN

Obowiązuje podział na kategorie: Kobiet „K” i Mężczyzn „M”.

VIII. ŚWIADCZENIA

W ramach opłaty startowej organizatorzy zapewniają, każdemu uczestnikowi:

1. 1 numer startowy i zestaw agrafek
2. pakiet startowy
3. medal okolicznościowy imprezy
4. posiłek regeneracyjny
5. wodę w punktach nawadniania i na mecie

Zwycięzcy - we wszystkich kategoriach wiekowych, osobno dla kobiet i mężczyzn, otrzymają za pierwsze trzy miejsca wyróżnienia.

1. ogłoszenie wyników zawodów i przyznanie wyróżnień odbędzie się w dniu zawodów;
2. zdobywcy miejsc I w każdej kategorii otrzymują: puchary;

IX. TRASA ZAWODÓW

1. Trasa zawodów będzie dokładnie i czytelnie oznakowana znakami pionowymi i poziomymi – znaki informujące pokonanie określonego dystansu minimum co 1 kilometr.
2. Pętla trasy będzie wynosiła 5 km, a plan trasy będzie dostępny w biurze imprezy.
3. Na pętli trasy będą się znajdowali sędziowie, dokonujący oceny techniki marszu NW zgodnie z regulaminem i przepisami imprezy.

4. Na pętli trasy będą zorganizowane „punkty nawadniania”.
5. Na trasie będzie znajdować się punkt pomocy medycznej/ ratownik medyczny.
W przypadku kontuzji uczestnika, powiadamiana jest obsługa trasy, która informuje pomoc medyczną.

X. SZATNIE i DEPOZYT

1. Organizator zapewnia szatnie i depozyt za okazaniem numeru startowego.
2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za zdeponowane przez uczestnika rzeczy wartościowe. Depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia numeru startowego, organizator nie ponosi odpowiedzialności za ewentualne przekazanie depozytu innej osobie.
3. Za rzeczy pozostawione bez opieki, organizator nie ponosi odpowiedzialności.
4. Przed, w czasie trwania i po imprezie, uczestnicy będą mieli możliwość skorzystania z przebieralni oraz toalet.

XI. UBEZPIECZENIE

1. Organizator posiada ubezpieczenie OC.
2. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Uczestnicy stosują się do regulaminu organizatora.
2. Protesty należy składać w dniu imprezy do sędziego głównego, do 30 minut od chwili ogłoszenia wyników oficjalnych.
3. Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego, ochrony przyrody oraz dbać o porządek w miejscu zawodów.
4. Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga sędzia główny.
5. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora.