



Regulamin

Leśnej Ligi Biegowej TNC

1. Cel

- Popularyzacja biegania jako naturalnej formy ruchu i czynnego wypoczynku
- Promowanie zdrowego stylu życia
- Promocja walorów Nadleśnictwa Gryfice

2. Organizator

Organizatorem Leśnej Ligi Biegowej jest TNC Sp. z o.o.

Współorganizator:

Stowarzyszenie AT- Aktywny Trzebiatów

Stowarzyszenie Run-Gryf Gryfice

Patronat:

Nadleśnictwo Gryfice

3. Terminy i trasy

- Bieg pierwszy na dystansie 5 km odbędzie się na leśnej ścieżce w okolicach Trzebiatowa– 2.04.2017 o godzinie 11:00;

- Bieg drugi na dystansie 10km odbędzie się na ścieżce rekreacyjnej w okolicach Gryfic – 25.06.2017 o godzinie 11:00;
- Bieg trzeci na dystansie 15km odbędzie się na leśnej ścieżce w Pogorzeliczy – 01.10.2017 o godz. 12:00;

4. Program zawodów

9:30 – Otwarcie biura zawodów , rejestracja uczestników , odbiór numerów startowych.

10:45 - Zakończenie wydawania numerów startowych

11:00 - Start zawodów

Oficjalne zakończenie biegu zależnie od dystansu biegu.

5. Zgłoszenia i opłaty;

a) . Zgłoszenia do biegu można dokonać za pośrednictwem strony ***www.tncsport.pl***

- Zgłoszenia będą przyjmowane również w biurze zawodów w wyznaczonych godzinach.
- Do biegu dopuszczeni zostaną zawodnicy , którzy złożą oświadczenie wyrażające zgodę na udział w biegu na własną odpowiedzialność podpisane własnoręcznie .
- W biegu mogą wziąć udział tylko osoby pełnoletnie.

b) . Opłaty

- Opłata za bieg na dystansie 5 km wynosi: 15 zł
- Opłata za bieg na dystansie 10 km wynosi: 20 zł
- Opłata za bieg na dystansie 15 km wynosi: 25 zł
- Opłata za cykl biegów w ramach LLB TNC wynosi: 50 zł (udział w trzech biegach)

Wpłaty należy realizować na rachunek:
TNC Sp. z o.o.
mBank: 59114020040000300276516037
z tytułem wpłaty: "imię nazwisko+dystans"

6. Zasady uczestnictwa w Leśnej Lidze Biegowej.

- Na Ligę składają się trzy biegi na dystansach 5, 10, 15km.
- Punktacja i klasyfikacja zawodników odbywać się będzie za pomocą wartości zawartych w tabelach VDOT.
- W trakcie ligi prowadzona będzie klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn .

- Zwycięzcy w cyklu biegów w LLB TNC otrzymują pamiątkowe puchary.
- Dla każdego startującego zawodnika przewidziano pamiątkowe medale.
- W każdym z biegów dla pierwszych trzech mężczyzn i kobiet przewidziano pamiątkowe dyplomy.
- Pomiar czasu będzie prowadzony za pomocą chipów zwrotnych.

7. Postanowienia końcowe

- Biegi odbywają się bez względu na pogodę.
- Uczestnik biegu bierze udział w zawodach na swoją odpowiedzialność.
- Organizator posiada ubezpieczenie OC i NW.
- Organizator zastrzega sobie zmiany w regulaminie.