



## Regulamin

### Leśnej Ligi Biegowej

#### 1. Cel

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

#### 2. Organizator

TNC Sp.zo.o.

**Patronat:**

Nadleśnictwo Gryfice

**Współorganizator:**

Stowarzyszenie AT- Aktywny Trzebiatów

Stowarzyszenie Run-Gryf Gryfice

### **3. Terminy i dystanse**

- ✓ Bieg pierwszy na dystansie około 6km odbędzie się na leśnej ścieżce w Gosławiu (Koło Łowieckie Łoś, hubertówka w Gosławiu)  
– **18.03.2018 o godzinie 12:15;**
- ✓ Bieg drugi na dystansie około 10km odbędzie się na leśnej ścieżce okolice Dziwnówka;  
– **15.04.2018 o godzinie 12:00;**
- ✓ Bieg trzeci na dystansie 5km odbędzie się na leśnej ścieżce w Popielu  
– **27.05.2018 o godz. 12:00;**
- ✓ Bieg czwarty na dystansie około 10km odbędzie się na leśnej ścieżce w Pogorzeliczy  
– **08.09.2018 o godz. 12:00;**

### **4. Program zawodów**

9:00 – Otwarcie biura zawodów, rejestracja uczestników, odbiór numerów startowych.

11:30 - Zakończenie wydawania numerów startowych

12:00 - Start zawodów

**Oficjalne zakończenie biegu zależnie od dystansu biegu.**

### **5. Zgłoszenia i opłaty;**

Zgłoszenia do biegu można dokonać za pośrednictwem strony [www.TNCsport.pl](http://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.

## Opłaty

Opłata za bieg pierwszy (dystans około 6km) - 25zł

Opłata za bieg drugi (około 10km) - 35zł

Opłata za bieg trzeci (5km) - 25zł

Opłata za bieg czwarty (około 10km) - 35zł

Opłata jednorazowa za cały cykl biegów LLB - 105zł

**Wpłaty prosimy 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 cztery biegi .
- ✓ Klasyfikacja końcowa zawodników odbywać się będzie za pomocą sumy czasów z poszczególnych dystansów.
- ✓ W trakcie ligi prowadzona będzie klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn .
- ✓ Zwycięzcy w cyklu biegów w LLB 2018 otrzymują pamiątkowe puchary.
- ✓ Dla każdego startującego zawodnika przewidziano pamiątkowe medale.
- ✓ W każdym z biegów dla pierwszych trzech mężczyzn i kobiet przewidziano pamiątkowe dyplomy.
- ✓ Dla uczestników wszystkich czterech biegów LLB przewidziano pamiątkowe upominki.
- ✓ Pomiar czasu będzie prowadzony za pomocą chipów zwrotnych.

## 7. Postanowienia końcowe

- ✓ Biegi odbędą się bez względu na pogodę.
- ✓ Uczestnik biegu bierze udział w zawodach na swoją odpowiedzialność.
- ✓ Organizator posiada ubezpieczenie OC i NNW.