



# REGULAMIN

## Biegu oraz marszu Nordic-Walking

### *"Bądź Zdrowy i Trzymaj Formę!"*

#### 1) Cel

- Popularyzacja biegania oraz chodu jako naturalnej formy ruchu i czynnego wypoczynku
- Promowanie zdrowego stylu życia
- Promocja Gminy Trzebiatów na terenie Województwa Zachodniopomorskiego
- Promocja Stowarzyszenia Królewski Gaj.

#### 2) Organizator

Urząd Miejski w Trzebiatowie

**Współorganizator:**

Stowarzyszenie Królewski Gaj

TOK Trzebiatów

ZDGIDK Trzebiatów

**Patronat:**

Burmistrz Trzebiatowa

**Patron techniczny:**

TNC Sport

#### 3) Termin i miejsce

Zawody odbędą się w dniu 20.05.2018 r. (niedziela) na Stadionie Miejskim w Trzebiatowie.

#### **4)Trasy oraz pomiar czasu.**

**A)**Biegi oraz marsz na dystansach 5 kilometrów odbędą się na wyznaczonej pętli (2,5 km) na stadionie miejskim, parku miejskim oraz w Królewskim Gaju z profesjonalnym pomiarem czasu za pomocą chipów pasywnych.

**B.** Bieg dzieci w kat. 7-16 lat odbędzie się na stadionie miejskim i parku miejskim. Na mecie zlokalizowany będzie zegar LED mierzący czas biegu.

**C.** Bieg MAŁEGO SKRZATA dla dzieci do lat 6 odbędzie się na płycie głównej boiska na dystansie około 100m (bieg ma charakter zabawowy).

#### **4) Program zawodów**

9:00 – Otwarcie biura zawodów, rejestracja uczestników, odbiór numerów startowych do biegu oraz Nordic-Walking, rejestracja do biegu Małego Skrzata oraz biegu dzieci na dystansie ok. 1 km (podpisanie oświadczenie przez rodzica)

10:45 - Zakończenie wydawania numerów startowych do biegu dzieci na dystansie ok. 1 km

11:00 - Oficjalny Start na dystansie 1 km dla dzieci w kat 7-16 lat.

11:30 - Start biegu Małego Skrzata dla dzieci do 6 roku życia.

11:45 - Zamknięcie biura zawodów oraz zakończenie zapisów na bieg oraz marsz.

12:00 - Start biegu i marszu Nordic-Walking na dystansie 5 kilometrów (dwa okrążenia po 2,5 km)

14:00 - Uroczyste wręczenie nagród

#### **5) Klasyfikacje w biegu oraz Nordic-Walking**

**A.** Bieg Dzieci:

Kat. open chłopcy i dziewczynki miejsca 1-3

**B.** Bieg główny:

Kat. open mężczyzn -miejsca 1-3

Kat. open kobiet – miejsca 1-3

**C.** Nordic-Walking:

Kat. open mężczyzn- miejsca 1-3

Kat. open kobiet – miejsca 1-3

Kat 60+ kobiet i mężczyzn miejsca 1-3

Kat niepełnosprawni kobiety i mężczyźni miejsca 1-3

## **6) Zgłoszenia i opłaty**

**A .** Zgłoszenia do biegu i marszu można dokonać za pośrednictwem strony **www.tncsport.pl** (zakładka zapisy i wyniki).

- Zgłoszenia będą przyjmowane również w biurze zawodów w wyznaczonych godzinach.
- Do biegu i marszu dopuszczeni zostaną zawodnicy , którzy złożą oświadczenie wyrażające zgodę na udział w biegu na własną odpowiedzialność podpisane własnoręcznie .
- W biegu oraz marszu na 5km mogą wziąć udział tylko osoby pełnoletnie.
- Zgłoszenia do biegu skrząta i biegu dzieci na dystansie 1 km można dokonać w biurze zawodów w dniu imprezy (opiekun musi złożyć podpis pod oświadczeniem wyrażającym zgodę na udział dziecka w biegu).

## **B . Opłaty**

- Opłata za bieg 5km oraz marsz Nordic-Walking 5km wynosi 15 zł płatna w biurze zawodów lub na rachunek bankowy (tytuł wpłaty: PIKNIK TRZEBIATÓW).

**Rachunek do wpłat:**

**TNC Sp. z o.o.**

**mBank: 59114020040000300276516037**

## **7) Postanowienia końcowe**

- Zawody odbywają się bez względu na pogodę.
- Uczestnik zawodów bierze udział na swoją odpowiedzialność.
- Organizator posiada ubezpieczenie OC i NW.
- Dla każdego uczestnika przewidziano ciepły posiłek.
- Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal .
- Dla najlepszych przewidziano pamiątkowe puchary.
- Punkt medyczny zlokalizowany zostanie w okolicy STARTU/METY na stadionie.