



# **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 Stowarzyszeń Królewski Gaj oraz AT-Aktywny Trzebiatów.

#### **2) Organizator**

Urząd Miejski w Trzebiatowie

#### **Współorganizator:**

Stowarzyszenie Królewski Gaj  
Stowarzyszenie AT-Aktywny Trzebiatów  
TOK Trzebiatów  
ZDGIDK Trzebiatów

#### **Patronat:**

Burmistrz Trzebiatowa

#### **Partner techniczny:**

TNC Sp. z o.o.

### **3) Termin i miejsce**

Zawody odbędą się w dniu 21.05.2017 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, parku miejskim oraz w Królewskim Gaju. 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 dzieci na dystansie 2,5 km( podpisanie oświadczenie przez rodzica)

10:45 - Zakończenie wydawania numerów startowych do biegu dzieci na dystansie 2,5 km

11:00 - Oficjalny Start na dystansie 2,5 kilometra dla dzieci w kat 7-16 lat.

11:40 Start biegu małego skrzata dla dzieci do 6 roku życia.

12:00 Zamknięcie biura zawodów oraz zakończenie zapisów na bieg oraz marsz.

12:30 Start biegu na dystansie 5 kilometrów ( dwa okrążenia po 2,5 km )

13:30 Start marszu Nordic-Walking na dystansie 5km ( dwa okrążenia po 2,5 km )

15:30 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](http://www.tncsport.pl).

- 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 skrzata i biegu dzieci na dystansie 2,5 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 **10 zł** płatna poprzez szybkie przelewy on-line w systemie zapisów, na nr konta lub w biurze zawodów.

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

Impreza towarzysząca  
Piknik Rodzinny „Królewskiego Gaju”