

Regulamin biegu

IV Kros Farmera - Biegnij po zdrowie

Dystans: Około 5 km z zadaniami w terenie krosowym. Dwie pętle po 2,5 km.

Na trasie zawodnicy będą mieli do pokonania przeszkody naturalne i zbudowane na potrzeby biegu.

Start i meta: Stadion Miejski w Trzebiatowie

Limit startujących: 100 osób

I. CEL IMPREZY

- Popularyzacja biegania jako najbardziej naturalnej formy aktywności fizycznej.
- Upowszechnianie kultury fizycznej i sportu wśród dzieci i młodzieży.
- Promocja zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Gminy Trzebiatów i Powiatu Gryfickiego.
- Promocja Gminy Trzebiatów na terenie kraju.

II. TERMIN

21 lipca 2019 r. (niedziela) o godz.16.00

III. MIEJSCE I BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów będzie czynne w dniu 21.07.2019 w godz. 14:00-15:30

IV. ORGANIZATOR

Stowarzyszenie AT-AKTYWNY TRZEBIATÓW

V. WSPÓLORGANIZATOR

Urząd Miasta Trzebiatów

VI. PATRONAT

Burmistrz Trzebiatowa Józef Domański

VII. PATRONAT MEDIALNY

Gryfickie.info

VIII. PATRONAT TECHNICZNY

TNC Sport

IX. KATEGORIE WIEKOWE

Bieg bez kategorii wiekowych

X. TRASA I DYSTANS

- 5 km – teren krosowy z dodatkowymi zadaniami (dwie pętle po ok. 2.5 km.), bagna, rowy z wodą, opony, ścianki oraz wiele innych.
- Organizator zastrzega sobie możliwość podania pełnej listy zadań i szczegółów trasy w dniu imprezy.
- Trasa biegu zostanie oznakowana taśmą oraz znakami poziomymi.
- Przekroczenie linii wyznaczonych przez taśmę skutkuje dyskwalifikacją zawodnika
- Średnia szerokość trasy: trzy metry.
- Punkt pomocy medycznej znajduje się na linii startu i mety.
- W przypadku kontuzji uczestnik powiadamia obsługę trasy, która przekazuje informacje do punktu pomocy medycznej.
- Plan trasy z zaznaczonym punktem pomocy medycznej znajduje się w biurze zawodów.

XI. PROGRAM

- Otwarcie biura zawodów godz. 14:00
- Zamknięcie biura zawodów godz. 15:30
- Odprawa zawodników i wspólna rozgrzewka godz. 15:50
- 16:00 – Start ostrego biegu – II Kros Farmera - Biegnij po zdrowie

Zawodnicy chcący walczyć o zwycięstwo w biegu proszeni są do ustawiania się w pierwszej fali.

Poszczególne grupy zawodników będą ustawiane po 20-30 osób i wypuszczane na trasę biegu przez organizatora w odstępach umożliwiających przepustowość trasy.

- 17.00 – Zakończenie biegu i dekoracja zawodników

XII. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

Zgłoszenia za pośrednictwem strony www.tncsport.pl lub w dniu zawodów w biurze w wyznaczonych godzinach.

Opłata za bieg wynosi 30 zł do dnia 17 lipca 2019 r. płatne na konto Stowarzyszenia AT-Aktywny Trzebiatów Nr konta: 61 1240 3842 1111 0010 7367 9113, w tytule prosimy wpisać: Kros Farmera, imię i nazwisko zawodnika.

Opłata w biurze zawodów wynosi 50 zł.

Organizatorzy rezerwują 10 miejsc startowych, dostępnych dla członków Stowarzyszenia AT-AKTYWNY TRZEBIATÓW.

XIII. KLASYFIKACJE

Ze względu na rekreacyjny charakter imprezy uhonorowanych zostanie trzech najszybszych mężczyzn i trzy najszybsze kobiety.

Zawody bez oficjalnego pomiaru czasu.

Na linii startu/mety ustawiony zostanie elektroniczny zegar mierzący czas biegu.

XIV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Organizator posiada ubezpieczenie OC i NW.
- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną.
- Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz ochrony przyrody, jak również dbać o porządek w miejscu zawodów.
- Do startu dopuszczeni zostaną zawodnicy, którzy w dniu zawodów będą mieli ukończone 16 lat.
- Każdy z zawodników otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

Grzegorz Szczepański: 607 882 208