

**REGULAMIN**  
**XIII BIEGÓW ULICZNYCH „MALANOWSKA JESIEŃ”**

**I. Cel zawodów:**

1. Popularyzacja biegania i nordic walking jako formy czynnego wypoczynku
2. Zapobieganie alkoholizmowi, narkomani i patologiom społecznym poprzez czynne uprawianie sportu
3. Wyłonienie najlepszych biegaczy
4. Promocja gminy Malanów

**II. Organizatorzy**

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Malanowie, ul. Parkowa 29, 62-709 Malanów,  
tel. 63 278-05-30, e-mail: [osir@malanow.pl](mailto:osir@malanow.pl), [sport@malanow.pl](mailto:sport@malanow.pl)  
Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna w Malanowie, ul. Kaliska 2, 62-709 Malanów

**III. Współorganizatorzy**

Urząd Gminy w Malanowie

**IV. Termin i miejsce:**

22 września 2018 r. (tj. sobota ), boisko gminne przy sali sportowej w Malanowie,  
godz. 10:45 – otwarcie zawodów, 12:40 - **Bieg Główny na 10 km** - bieg wchodzący w skład Grand Prix Wielkopolski Wschodniej,  
12:45 – **I Marsz Nordic Walking** – ok. 5 km

Program zawodów:

- 10:45 – Oficjalne otwarcie zawodów
- 10:50 – Rozpoczęcie konkurencji biegowych
- 10:50 – Bieg przedszkolaków (rocznik 2012 i młodsi) – dziewczęta – 100m
- 10:55 – Bieg przedszkolaków (rocznik 2012 i młodsi) – chłopcy – 100m
- 11:00 – Bieg rodzinny – 200m
- 11:10 – Bieg w kat. roczniki 2011/2010 – dziewczęta – 200m
- 11:15 – Bieg w kat. roczniki 2011/2010 – chłopcy – 200m
- 11:20 – Dekoracja przedszkolaków, biegu rodzinnego i dzieci z roczników 2011/2010
- 11:35 – Bieg w kat. roczniki 2009/2008 – dziewczęta – 500m
- 11:45 – Bieg w kat. roczniki 2009/2008 – chłopcy – 500m
- 11:55 – Bieg w kat. roczniki 2007/2006 – dziewczęta – 1000m
- 12:05 – Bieg w kat. roczniki 2007/2006 – chłopcy – 1000m
- 12:15 – Bieg w kat. roczniki 2005/2003 – dziewczęta – 1200m
- 12:25 – Bieg w kat. roczniki 2005/2003 – chłopcy – 1500m
- **12:40 – Bieg Główny na 10 km - ( trasa atestowana przez PZLA).**
- **12:45 – Start I Marszu Nordic Walking – ok. 5 km**
- 12:45 – Dekoracja zawodników z biegów młodzieżowych (roczniki od 2003 do 2009)
- 14:30 – Dekoracja zwycięzców Biegu Głównego i I Marszu Nordic Walking.

## **V. Kategorie wiekowe i dystanse biegowe:**

### **Bieg rodzinny**

W biegu występuje rodzic + dziecko do 12 lat – dystans 200m  
( W trakcie biegu rodzina cały dystans biegnie razem – trzyma się za ręce, wbiega na metę trzymając się za ręce)

### **Bieg główny na 10 km.**

#### **Kategorie wiekowe Biegu Głównego:**

##### **Mężczyźni:**

**M16** - 16 - 19 lat

**M20** - 20 - 29 lat

**M30** - 30 - 39 lat

**M40** - 40 - 49 lat

**M50** - 50 - 59 lat

**M60** - 60 - 69 lat

**M70+** - 70 lat i powyżej

##### **Kobiety:**

**K16** - 16 - 19 lat

**K20** - 20 - 29 lat

**K30** - 30 - 39 lat

**K40** - 40 - 49 lat

**K50** - 50 – 59 lat

**K60+** - 60 lat i powyżej

### **Uwaga!**

O zaliczeniu do grupy wiekowej decyduje rok urodzenia.

Przewidziana jest także kategoria osób niepełnosprawnych (kobiet i mężczyzn).

### **I Marsz Nordic Walking:**

Kategorie mężczyzn i kobiet bez podziału na kategorie wiekowe.

## **VI. Warunki uczestnictwa:**

1. Prawo startu mają dzieci w wieku przedszkolnym, uczniowie szkół podstawowych, gimnazjów, szkół średnich, zawodnicy klubów sportowych, osoby niepełnosprawne, a także wszyscy zainteresowani nie zrzeszeni w klubach.
2. W Biegu Głównym i I Marszu Nordic Walking prawo startu mają osoby, które ukończyły 16 rok życia do dnia imprezy.
3. Warunkiem uczestnictwa w Biegu Głównym i I Marszu Nordic Walking jest dokonanie rejestracji elektronicznej do biegu, opłacenie wpisowego oraz podpisanie deklaracji uczestnictwa w dniu zawodów.
4. Wypełnienie deklaracji i dokonanie wpłaty wpisowego jest jednoznaczne z akceptacją niniejszego Regulaminu.
5. Podpisując deklarację uczestnictwa uczestnik oświadcza, że jego stan zdrowia umożliwia mu udział w zawodach.
6. Każdy uczestnik zawodów powinien w razie potrzeby okazać organizatorom dowód osobisty, a dzieci i młodzież w wieku szkolnym legitymację.
7. Dzieci i młodzież do 18 roku życia powinni przedstawić pisemną zgodę rodziców na udział w zawodach.
8. Organizator zapewnia następujące świadczenia: posiłek na mecie, 1 punkt odżywczy na trasie (napoje), obsługa sędziowska, pomiar czasu, numer startowy pamiątkowy medal dla każdego, kto ukończy trasę, nagrody rzeczowe i finansowe dla najlepszych zawodników, zabezpieczenie medyczne zawodów.

## VII. Nagrody:

1. W kategoriach dziecięcych, młodzieżowych i biegu rodzinnym przewidziane są medale - dla wszystkich uczestników, nagrody rzeczowe, puchary i dyplomy – dla najlepszej trójki w każdej kategorii wiekowej
2. W Biegu Głównym:

*Mężczyźni:*

I miejsce – 300 zł

II miejsce – 200 zł

III miejsce – 100 zł

*Kobiety:*

I miejsce – 300zł

II miejsce – 200zł

III miejsce – 100zł

3. W kategoriach wiekowych Biegu Głównego:

I miejsce – 100 zł (Puchar , dyplom , medal )

II miejsce – nagroda rzeczowa (dyplom, medal)

III miejsce – nagroda rzeczowa (dyplom , medal)

4. W I Marszu Nordic Walking

3 najlepsze kobiety - nagroda rzeczowa, puchar, dyplom

3 najlepszych mężczyzn - nagroda rzeczowa, puchar, dyplom

Przewidziana jest nagroda dla najstarszego uczestnika Biegu Głównego oraz najlepszego zawodnika i zawodniczki z gminy Malanów.

Obowiązuje zasada jednokrotnego nagradzania - Zwycięzcy w klasyfikacji generalnej nie są nagradzani w klasyfikacji wiekowej.

## VIII. Zgłoszenia:

1. Zgłoszenia w kategorii szkół podstawowych oraz gimnazjum przyjmowane są najpóźniej do 19.09.2018 r. do godz. 15:00 do Ośrodka Sportu i Rekreacji w Malanowie osobiście bądź drogą elektroniczną przez danego opiekuna wyznaczonego przez szkołę.
2. **Rejestracje elektroniczne do Biegu Głównego oraz I Marszu Nordic Walking przyjmowane będą do 14 września 2018 r. do godz. 23:59.**
3. Link do zapisów elektronicznych:  
**<https://www.zapisy.maratonczykpomiarczasu.pl/pl/bieg-malanow/zapisy>**
4. Natomiast w dniu zawodów zgłoszenia będą przyjmowane osobiście w biurze zawodów (w ramach wolnych miejsc).
5. W kategoriach dzieci i młodzieży pojedyncze zapisy przyjmowane będą również w dniu zawodów do godz. 10:15, a w Biegu Głównym oraz I Marszu Nordic Walking do godz. 11:40.
6. Limit 200 zawodników (dotyczy łącznie Biegu Głównego na 10 km oraz I Marszu Nordic Walking )
7. Biuro zawodów mieścić będzie się w okolicach miejsca startu. Biuro zawodów czynne będzie w dniu imprezy od godz. 9:00.

## IX. Oplaty:

1. Zawodnicy w Biegu Głównym oraz I Marszu Nordic Walking uiszczają wpisowe:
  - a. w wysokości 25 zł do 14.09.2018 r. płatne przelewem na następujące dane:  
**Centrum Kultury i Biblioteka Publiczna**  
**w Malanowie ul. Kaliska 2, 62-709 Malanów**  
**77 8557 0009 2002 0100 0080 0001.**
  - b. w wysokości 35 zł – płatne gotówką w dniu zawodów w biurze zawodów prowadzonym przez współorganizatora – Centrum Kultury i Bibliotekę Publiczną w Malanowie.
2. W tytule przelewu bankowego należy wpisać imię i nazwisko uczestnika, którego opłata dotyczy z dopiskiem opłata za bieg główny/marsz nordic walking.
3. **Mieszkańcy gminy Malanów są zwolnieni z obowiązku uiszczania wpisowego do Biegu Głównego oraz I Marszu Nordic Walking.**
4. Wpisowe raz uiszczone nie podlega zwrotowi.

## X. Postanowienia końcowe:

1. Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania biegów i na terenie biegów.
2. Uczestnicy biegów startują na własną odpowiedzialność.
3. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegów i jest zobowiązany do jego przestrzegania.
4. Zawodnikom zostaną udostępnione szatnie oraz natryski w sali sportowej.
5. Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani
6. Uczestnicy biegów wyrażają zgodę na wykorzystanie fotografii, na których się znajdują do celów promocyjnych oraz informacyjnych.
7. Pomiar czasu dokonywany będzie za pomocą chipów elektronicznych (po ukończonym biegu chip należy zwrócić firmie wykonującej pomiar czasu).
8. Zawodnicy na mecie nie posiadający elektronicznego chipa do pomiaru czasu, nie będą sklasyfikowani.
9. Limit czasu ukończenia Biegu Głównego wynosi 90 minut, a I Marszu Nordic Walking – 100 minut
10. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie czasu zobowiązani są do zejścia z trasy.
11. Bieg rodzinny odbędzie się w przypadku zgłoszenie się minimum 3 par (rodzic+ dziecko).
12. Za rzeczy zagubione podczas biegów organizator nie odpowiada.
13. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
14. Po biegu dla zawodników przewidziany jest ciepły posiłek.
15. Wyniki końcowe będą zamieszczone na stronie internetowej [www.osir.malanow.pl](http://www.osir.malanow.pl) w ciągu 3 dni po odbytych zawodach.
16. W sprawach spornych nie ujętych w regulaminie decyduje organizator.
17. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany regulaminu.
18. Uczestnicy przyjeżdżają na własny koszt.
19. Organizator nie zapewnia noclegu dla zawodników.
20. Organizator zapewnia opiekę medyczną.
21. Biegi odbywają się zgodnie z regulaminem PZLA.
22. Szczegółowe informacje i trasa biegów na stronie [www.osir.malanow.pl](http://www.osir.malanow.pl)