

Regulamin III BIEGU „10 ZĄBKOWICKA” 27.08.2016.r.

I. CEL

1. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako najprostszej formy aktywności ruchowej.
2. Promocja zdrowego i sportowego trybu życia.
3. Krzewienie kultury fizycznej wśród osób dorosłych.
4. Promocja miasta Ząbkowice Śląskie jako miasta przyjaznego sportowcom.

II. ORGANIZATOR

1. Organizatorem biegu jest Ośrodek Sportu i Rekreacji, 57-200 Ząbkowice Śląskie, ul. Kusocińskiego 17, tel. 074/816 06 71, e-mail: halaslonieczna@wp.pl
2. Patronem biegu „10 Ząbkowicka” jest Miasto Ząbkowice Śląskie.

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w sobotę 27 sierpnia 2016 r. ulicami Ząbkowic Śląskich, Jaworka i w kierunku Sieroszowa. Start biegu znajduje się na ulicy Powstańców Warszawy (na wysokości stacji paliw), a meta na Rynku w Ząbkowicach Śląskich (przed Ratuszem).
2. Start: Ząbkowice Śląskie, ul. Powstańców Warszawy, godz.11:00. Zawodnicy na start muszą się zgłosić w godzinach 9:30- 10:30.
3. Trasa przebiega ulicami: ul. Powstańców Warszawy, Jaworek, kierunek Sieroszów, Bobolice, kierunek Ząbkowice, ul. Strzelińska, Jaworek, ul. Powstańców Warszawy, Park Sybiraków, ul. B. Prusa, Rynek. Długość trasy 10 km.
4. Zawodnicy na starcie ustawiają się wg kolejności:
Za linią startu; zawodnicy posiadający najlepsze czasy (strefa wydzielona).
Zawodnicy ustawiają się w strefach czasowych zgodnie z czasami deklarowanymi w zgłoszeniu.
Pozostali zawodnicy muszą ustawiać się w odpowiednich do własnego poziomu sportowego strefach czasowych, które będą wyznaczone w alei startowej.
5. Na trasie będą znajdowały się punkty kontrolne, medyczne oraz z napojami. Na półmetku obsługa punktu będzie weryfikowała elektronicznie zawodników. Zawodnicy skracający trasę zostaną zdyskwalifikowani.
6. Od godziny 10:30 do 13:00 trasa będzie zamknięta dla podłużnego ruchu kołowego zgodnie z Decyzją o wykorzystaniu trasy „10 Ząbkowicka” w sposób szczególny. Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 1,5 godziny. Wszyscy zawodnicy, którzy nie dobiegną do mety do godziny 12:30 zobowiązani są do przerywania biegu i zejścia z trasy lub dojechania do mety mikrobusem z napisem KONIEC BIEGU.
7. 90 % trasy posiada nawierzchnię asfaltową, a 10 % nawierzchnię z kostki granitowej.
8. Trasa będzie posiadała oznaczone wszystkie kilometry: od 1 do 10 (co 1 km).
9. Punkty pomiaru czasu będą znajdowały się na: starcie, 5 kilometrze i na mecie biegu.

10. Punkt z napojami będzie znajdował się na 5 kilometrze za bramką pomiaru czasu. Na punkcie będą:
 - stoły z kubkami po 100 ml naturalnej wody źródlanej,Za punktem z wodą będzie znajdowało się stanowisko ratownika medycznego.
11. Punkty medyczne będą znajdowały się na: starcie, półmetku i mecie biegu.

IV. UCZESTNICTWO

1. W biegu prawo startu mają osoby, które do dnia 27.08.2016 r. ukończą 18 lat.
2. Wszyscy uczestnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Organizacyjnym w dniu 27.08.2016 r. w godzinach 9:00-10:30. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą:
 - posiadać dowód osobisty lub paszport do kontroli daty urodzenia .Podpisać oświadczenie stanowiące załącznik nr 1 niniejszego regulaminu,
 - pokwitować odebranie pakietu startowego podczas weryfikacji (numer startowy, komplet agrafek do umocowania numeru na koszulce, kupony na posiłki oraz pakiet upominków i gadżetów od organizatora i sponsorów).

W sytuacji zgłoszenia przystąpienia do biegu „10 Ząbkowicka” po terminie 31.07.2016 oraz w dniu startu organizator nie gwarantuje pakietu startowego.

Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu „10 Ząbkowicka” lub przedstawienie podczas weryfikacji zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.

3. Decyzje lekarzy i ratowników medycznych dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
4. Uczestników biegu obowiązują przepisy IAAF i PZLA oraz niniejszy regulamin.
5. W biegu „10 Ząbkowicka” pomiar czasu i ustalenie kolejności będzie dokonywany systemem elektronicznym na podstawie przyklejonych do numerów chipów. Każdy zawodnik podczas weryfikacji otrzyma numer startowy z chipem. Pierwszych 50 zawodników będzie sklasyfikowanych według miejsca zajętego na mecie (czas brutto). 51 zawodnik i kolejni będą klasyfikowani według faktycznie uzyskanego czasu przebiegnięcia Ząbkowickiej 10 (czas netto). Posiadanie numeru, od startu do mety jest warunkiem wystartowania w biegu i sklasyfikowania w Komunikacie Końcowym. Niewłaściwe zamocowanie numeru może spowodować niesklasyfikowanie zawodnika.
6. Szatnia i przechowalnia odzieży w dniu 27 sierpnia 2016 r. będzie znajdowała się w Hali Słonecznej (200 m od startu) i będzie przyjmowała do depozytu rzeczy osobiste zawodników zapakowane do worków (dostarczonych przez organizatora przy weryfikacji). Szatnia i przechowalnia będą czynne bez przerwy w dniu 27 sierpnia 2016 r. w godzinach 9:00 do 15:00. Wydawanie worków z depozytu będzie odbywało

się za okazaniem numeru startowego. Zgubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora od odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę.

7. Szatnie z prysznicem i ciepłą wodą, przebieralnie oraz toalety będą znajdowały się w dniu 27.08.2016 r. w Hali Słonecznej w godzinach 9:00-15:00. Przy Hali Słonecznej będzie również parking na 150 aut.

V. ZGŁOSZENIA

1. Zgłoszenia do udziału w biegu „10 Ząbkowicka” przyjmowane są wyłącznie w formie elektronicznej poprzez formularz zgłoszeniowy zamieszczony na stronie internetowej www.osirzabkowiceslaskie.pl ; www.zabkowicka10.pl ; www.10zabkowicka.com
2. Za zgłoszenie uważa się wykonanie przez zawodnika dwóch czynności w kolejności:
 - a) Wypełnienie formularza zgłoszeniowego znajdującego się na stronie internetowej www.osirzabkowiceslaskie.pl ; www.zabkowicka10.pl ; www.10zabkowicka.com
 - b) Dokonania opłaty za pakiet startowy na konto bankowe Ośrodka Sportu i Rekreacji w Ząbkowicach Śląskich nr 45 9533 0004 2001 0009 6494 0002 (w tytule przelewu proszę wpisać „ opłata za pakiet startowy” oraz podać imię i nazwisko zawodnika oraz dokładną datę urodzenia). Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi. Data wykonania ostatniej z w/w czynności decyduje o terminie dokonania zgłoszenia.
3. Zgłoszenie udziału w biegu „10 Ząbkowicka” stanowi potwierdzenie zapoznania się zawodników z niniejszym regulaminem, zobowiązanie się do jego przestrzegania oraz wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych i wykorzystanie wizerunku uczestników, w tym na zamieszczanie tych danych w przekazach telewizyjnych, radiowych, internetowych i w formie drukowanej oraz na przesłanie przez organizatorów na adres mailowy zawodników, informacji i ankiet dotyczących organizowanych obecnie i w przyszłości zawodów przez organizatorów „10 Ząbkowicka”. Szczegółowe zakresy wymaganych zgód zawarte są w formularzu oświadczenia stanowiącego załącznik do niniejszego regulaminu imprezy.
4. Dane zawodnika pojawiają się na liście startowej dopiero po zaksięgowaniu wpłaty i po nadaniu numeru startowego.
5. Termin zgłoszeń i wysokość opłat:
 - a) do 30 kwietnia 2016 r. opłata startowa wynosi 20 zł (decyduje data wpływu opłaty startowej),
 - b) od 1 maja 2016 r. do 31 lipca 2016 r. opłata startowa wynosi 30 zł (decyduje data wpływu opłaty startowej),

- c) od 01 sierpnia 2016 r. do 15 sierpnia 2016 r. opłata startowa wynosi 50 zł (decyduje data wpływu opłaty startowej) - organizator nie gwarantuje pakietu startowego).
 - d) w dniu zawodów opłata wynosi 100 zł (organizator nie gwarantuje pakietu startowego).
 - e) do 31 lipca dla osób, które ukończyły 60 rok życia – 5 zł
6. Organizator nie odpowiada za zaginięcie zgłoszenia oraz przekazu pocztowego/przelewu bankowego z opłatami z winy poczty/banku.
 7. Biuro zawodów będzie przy starcie biegu (Hala Słoneczna) czynne w godzinach od 8:00 do 15:00 w dniu 27.08.2016 r.
 8. Warunkiem pozytywnej weryfikacji jest osobiste stawienie się zawodnika i przedłożenie lub podpisanie oświadczenia według treści formularza stanowiącego załącznik nr 1 do niniejszego regulaminu.
 9. Zawodnicy, którzy decyzją organizatora będą opłacali 5 zł za pakiet startowy, zgłoszą się i nie przyjdą, w następnych latach nie będą zwalniani z opłat.

VI. KLASYFIKACJE

1. W biegu „10 Żąbkowicka” będą prowadzone następujące klasyfikacje:
 - a) Kategoria OPEN Kobiet,
 - b) Kategoria OPEN Mężczyzn,
 - c) Kategoria NAJLEPSZY ŻĄBKOWICZANIN
 - d) Kategoria NAJLEPSZA ŻĄBKOWICZANKA
 - e) Kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn

KOBIETY		MĘŻCZYŹNI	
M-18	18-19 lat	M-18	18-19 lat
M-20	20-29 lat	M-20	20-29 lat
M-30	30-39 lat	M-30	30-39 lat
M-40	40-49 lat	M-40	40-49 lat
M-50	50-59 lat	M-50	50-59 lat
M-60	60 lat i więcej	M-60	60-69 lat
-----	-----	M-70	70 lat i więcej

VII. NAGRODY

- W Kategorii OPEN Kobiet i w kategorii OPEN Mężczyzn otrzymają:
- pierwsze trzy miejsca; puchary, dyplomy i nagrody rzeczowe.
- W Kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn otrzymają:
- pierwsze trzy miejsca; dyplomy i drobne upominki.

1. Najlepsza Ząbkowiczanka i najlepszy Ząbkowiczanie otrzymają nagrody rzeczowe ufundowane przez Burmistrza Ząbkowic Śląskich.
2. Najstarsza uczestniczka i najstarszy uczestnik, którzy ukończą bieg otrzymają nagrody rzeczowe.
3. Wszystkie zawodniczki i wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg otrzymują okolicznościowe medale. Medale będą wręczane po przebiegnięciu linii mety.

VIII. NOCLEGI

1. Organizator nie zapewnia noclegów. Osoby zainteresowane noclegami w hotelach lub zainteresowane innymi usługami turystycznymi, proszone są o zwracanie się bezpośrednio do hoteli. Informacji udzielają również:

Wydział Rozwoju i Promocji Urzędu Miejskiego w Ząbkowicach Śląskich tel. 74 816 53 45, e-mail: promocja@zabkowiceslaskie.pl

Izba Pamiątek Regionalnych tel. 74 815 20 43, e-mail: krzywa.wieza@zabkowiceslaskie.pl

IX. ŻYWIENIE

1. Zawodnicy przed startem w dniu imprezy śniadanie spożywają we własnym zakresie.
2. Po ukończeniu biegu na mecie zawodnicy otrzymają: naturalną wodę źródlaną, napój izotoniczny oraz bon na posiłek regeneracyjny. Posiłki będą wydawane na podstawie bonu w miejscu wskazanym przez organizatora.

X. FINANSOWANIE

1. Koszty organizacji biegu pokrywa Gmina Ząbkowice Śląskie. Koszty opłaty startowej, dojazdów oraz innych świadczeń pokrywają uczestnicy imprezy lub organizacje delegujące.
2. W ramach opłaty za pakiet startowy uczestnik otrzymuje:
 - a) nr startowy + agafki,
 - b) worek na odzież do szatni – przechowalni. Napoje na trasie i mecie,
 - c) bon na posiłek regeneracyjny,
 - d) regulamin z mapką trasy,
 - e) koszulkę sportową
 - f) ewentualnie upominki ufundowane przez organizatora i sponsorów.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator zapewnia opiekę medyczną na starcie, trasie i mecie biegu. Na trasie, podczas biegu, będą jeździły i udzielały pomocy zespoły zgodnie z zatwierdzonym przez właściwy Urząd Planem Zabezpieczenia Medycznego.
2. Pisemne protesty będą przyjmowane w Sekretariacie Biegu na mecie do godziny 13:00. Protesty będą rozpatrywane w czasie do 2 godzin od zgłoszenia.
3. Uczestników biegu obowiązuje estetyczny ubiór i obuwie sportowe.
4. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe przymocowane do koszulek sportowych na piersiach. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego (w części lub w całości) oraz skracanie trasy.
5. Zawodnicy, którzy przerwą bieg, będą mogli skorzystać z samochodu z napisem „Koniec biegu”, który zawiezie ich na metę.
6. Podczas biegu i na jego trasie mogą jeździć tylko pojazdy ze specjalną, wydaną przez organizatora przepustką, umiejscowioną w widocznym miejscu.