



## „Niepodległościowy Bieg Orła” - 16.10.2022 r.

### REGULAMIN

#### I. CEL:

1. Rozwój i upowszechnianie kultury fizycznej, a w szczególności popularyzację biegów oraz aktywności Nordic Walking i promocja patriotyzmu.
2. Integracja osób w różnych przedziałach wiekowych w zakresie rekreacji ruchowej i aktywnej turystyki, a przede wszystkim nauka zdrowego współzawodnictwa dzieci i młodzieży.
3. Propagowanie walorów krajobrazowych i przyrodniczych gmin Parchowo, Sulęcyno i Lipusz, oraz Nadleśnictwa Lipusz, a także promocja obiektu nasadzeń leśnych tworzących Orła-Godło Polski stworzonego nasadzeniami po nawałnicy z 2017 r.

II. TERMIN I MIEJSCE ZAWODÓW: 16.10.2022 r. – tereny leśne leśnictwa Glinowo Nadleśnictwo Lipusz w okolicach Grabowa gm. Parchowo.

#### III. RAMOWY PROGRAM MINUTOWY ZAWODÓW:

- 10:00 – biuro zawodów – zapisy oraz odbiór pakietów startowych
- 11.00 – otwarcie imprezy, pokaz prawidłowej techniki Nordic Walking
- 11.30 – start biegu na dystansie 5 km
- 11:35 – start marszu Nordic Walking na dystansie 5 km
- 12.30 – start biegu na dystansie 10 km
- 14.30 – dekoracja

Zawodnicy proszeni są o ustawienie się na starcie 10 minut przed startem konkurencji.

\*Zarys programu minutowego imprezy może ulec zmianie.

#### IV. ORGANIZATORZY:

Gminne Centrum Kultury i Biblioteka w Parchowie, Gmina Parchowo

Współorganizatorzy:

Gmina Sulęczyńno, Gmina Lipusz, Nadleśnictwo Lipusz, Pacino Promotion Marcin Pacyno

#### V. DYSTANS:

Uczestnicy startują na jednym dystansie – ok. 5 i 10 km. Trasa przełajowa o zróżnicowanym ukształtowaniu prowadząca ścieżkami i drogami leśnymi oraz drogą gminną.

#### VI. ZGŁOSZENIA DO ZAWODÓW:

1. Zawodnicy dokonują rejestracji na stronie <http://zapisy.domtel-sport.pl> lub na miejscu przed zawodami. Startując w zawodach oświadczają, że biorą w nich udział na własną odpowiedzialność. Rejestracja traktowana jest jako przyjęcie warunków Regulaminu.

Uczestnictwo w imprezie jest odpłatne:

- Zgłoszeni i opłaceni zawodnicy do 14.10.2022 r – 60 złotych.
- W dniu zawodów do godz. 10:30 – 70 złotych.
- O wysokości startowego decyduje data zgłoszenia i wniesienia opłaty startowej przez zawodnika. Osoba zgłoszona w terminie do 14.10.2022, która nie dokonała opłaty startowej do tej daty wnosi ją w wysokości określonej przedziałem czasowym z dnia dokonania wpłaty.

2. Pakiet startowy obejmuje: numer startowy, agrafki, upominki gospodarzy imprezy, posiłek regeneracyjny, woda, statuetka i wiele pozytywnych wrażeń!

3. Zgłaszający uznaje, że zapoznał się z regulaminem i zobowiązuje się do jego przestrzegania oraz wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych.

4. Zgłaszający wyraża zgodę na wykorzystanie wizerunku do celów promocyjnych i na przetwarzanie danych w celach organizacyjnych imprezy według zasad RODO.

5. Zgłaszający wyraża zgodę na wykonanie zdjęć, filmów oraz ich publikację.

#### VII. ZASADY UCZESTNICTWA I TECHNIKA MARSZU:

1. Pomiar czasu i ustalenie kolejności zawodników na mecie będzie dokonywane przez elektroniczny pomiar czasu. Starty będą oddzielne dla biegu i marszu.

2. Uczestnicy, którzy nie ukończyli 18. roku życia muszą posiadać pisemną zgodę opiekunów prawnych na udział w imprezie i mogą startować jedynie na dystansie 5 km. ZAŁĄCZNIK NR 1.

3. Nagrody zostaną rozdane dla najlepszych trójek w kategorii mężczyzn i kobiet w klasyfikacji

generalnej. Nie będą nagradzani zawodnicy i zawodniczki w kategoriach wiekowych.

4. Wszystkie zawodniczki i wszyscy zawodnicy, którzy ukończą zawody w regulaminowym czasie otrzymują pamiątkowe STATUETKI.

5. Dodatkowo wśród uczestników startujących w zawodach zostaną rozlosowane upominki. W przypadku braku odbiorcy upominek zostanie rozlosowany ponownie. Numer, który został raz wylosowany nie bierze udziału w kolejnym losowaniu.

6. Odbiór upominków wyłącznie z numerem startowym.

#### VIII. TRASA:

1. Na trasie znajdują się sędziowie, którzy będą dokonywali oceny techniki marszu NW oraz udzielali kar za naruszenie prawidłowej techniki chodzenia z kijami i podbiegania.

2. Plan trasy i lista startowa będą znajdować się w biurze zawodów.

3. Trasa będzie oznaczona specjalnymi znacznikami i taśmą ostrzegawczą.

#### IX. DEPOZYT:

1. Istnieje możliwość skorzystania z depozytu za okazaniem numeru startowego.

2. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za zdeponowane przez zawodnika rzeczy.

3. Depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego.

#### X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE:

1. Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz ochrony przyrody, jak również dbać o porządek w miejscu zawodów.

2. Uczestników zawodów obowiązują przepisy prawidłowej techniki chodzenia z kijami oraz niniejszy regulamin.

3. Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do Organizatorów i może on ulec zmianie w każdym momencie bez podania przyczyny.

4. Zawody będą rozgrywane według obowiązujących w danym momencie zasad związanych z pandemią COVID-19.

5. W razie wprowadzenia rozporządzeń zakazujących organizacji spotkań, zawodów powyżej liczby zgłoszonych zawodników do imprezy może ona zostać odwołana, a zawodnicy otrzymają zwrot wniesionych i zaksięgowanych wpłat z potrąceniem 10 % wpłaconej kwoty celem pokrycia kosztów manipulacyjnych.

Kontakt: Marcin Pacyno, tel. 601 326 499, mail: [pacinopromotion@gmail.com](mailto:pacinopromotion@gmail.com)