



**REGULAMIN**

**IX „BIEG BEZ GRANIC”**

**NA DYSTANSIE**

**10 km – Bieg Główny**

**3,7 km – Bieg Młodzieżowy**

**3,7 km K i M**

**3,7 km – Nordic Walking**

## **I. CEL**

- 1) popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywnego wypoczynku i rekreacji ruchowej oraz zdobywania jej zwolenników,
- 2) propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia,
- 3) propagowanie nowego sposobu czynnego wypoczynku - Nordic Walking,
- 4) promocja Miasta Racibórz.

## **II. ORGANIZATOR**

Miasto Racibórz, Starostwo Powiatowe, Ośrodek Sportu i Rekreacji, Międzyszkolny Ośrodek Sportowy, Szkoła Podstawowa nr 4 w Raciborzu.

## **III. TERMIN I MIEJSCE**

- 1) 03.05.2016 r. Racibórz – Start i Meta ul. Wojska Polskiego
- 2) godz. 15.00 Start Biegu Młodzieżowego, 3,7 km K i M i Nordic Walking,
- 3) godz. 16.00 Start Biegu Głównego na 10 km K i M.

## **IV. TRASA BIEGU**

Trasa biegu przebiegać będzie ulicami w centrum Miasta Raciborza (3 pętle – asfalt +kostka brukowa). Szczegółowa mapka trasy będzie dostępna przed biegiem oraz na stronie internetowej [www.raciborz.pl](http://www.raciborz.pl), [www.osir-raciborz.pl](http://www.osir-raciborz.pl),

## **V. WARUNKI UCZESTNICTWA**

- 1) impreza ma charakter otwarty,
- 2) uczestników biegu obowiązują przepisy IAAF i PZLA oraz niniejszy regulamin,
- 3) w biegu głównym na 10 km, biegu na 3,7 km kategoria OPEN K i M, Nordic Walking na 3,7 km kategoria OPEN K i M prawo startu mają biegacze z rocznika 2000 r. i starsi, zrzeszeni i nie zrzeszeni w klubach sportowych,
- 4) w biegu młodzieżowym na 3 km prawo startu posiada młodzież z rocznika 2001-2004 r. K i M, zrzeszona i nie zrzeszona w klubach sportowych,
- 5) uczestnicy biegu młodzieżowego startują za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych,
- 6) warunkiem udziału w biegu głównym, biegu na 3,7 km i Nordic Walking jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach lub złożenie własnoręcznego podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w w/w zawodach oraz przyjęciu pełnego ryzyka i konsekwencji udziału, na własną odpowiedzialność,

- 7) podpisanie zgłoszenia do zawodów i pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu oraz wyrażeniem zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażeniem zgody na wykorzystanie wizerunku startującego w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy,
- 8) wszyscy zawodnicy startujący w zawodach, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości ze zdjęciem (dowód osobisty, legitymację szkolną, paszport lub prawo jazdy) celem kontroli daty urodzenia i obywatelstwa oraz **potwierdzenie wpłaty opłaty startowej**,
- 9) zawodnicy pokonujący dystans biegu w sposób niedozwolony /skracanie trasy/ zostaną zdyskwalifikowani,
- 10) Podczas zawodów zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu na wysokości klatki piersiowej,
- 11) Zabrania się startowania zawodnikom pod wpływem niedozwolonych środków oraz alkoholu.

## **VI. ZGŁOSZENIA i OPLATA STARTOWA**

Zgłoszenia uczestnictwa w IX Biegu bez Granic przyjmowane są:

- 1) poprzez formularz zgłoszeniowy zamieszczony na stronie firmy obsługującej zapisy i pomiar czasu <http://online.datasport.pl/page/> do dnia 26.04.2016 r. (**limit uczestników Bieg główny 10 km – 400 osób, bieg młodzieżowy - 50 osób, 3,7 km open K i M - 50 osób, Nordic Walking - 50 osób**)
- 2) w punkcie informacji H<sub>2</sub>Ostróg, ul. Zamkowa 4, od dnia **27.04.2016 - 01.05.2016 r.** w godzinach 07.00-22.00 (płatność tylko gotówką) jeżeli będą wolne limity do poszczególnych biegów.
- 3) Opłata startowa wynosi:
  - 20 zł – poprzez stronę internetową prowadzącą zapisy do dnia 26.04.2016 r.
  - 30 zł – gotówką w kasie H<sub>2</sub>Ostróg od 27.04.2016 r. – 01.05.2016 r.

### **BRAK MOŻLIWOŚCI ZAPISÓW W DNIU ZAWODÓW**

Opłaty startowej nie pobiera się od uczestników Biegu Młodzieżowego (3km K i M rocznik 2001-2004) i od studentów PWSZ w Raciborzu.

Raz wniesiona opłata startowa nie ulega zwrotowi jak również nie ma możliwości cesji opłaty na innego uczestnika biegu.

## **VII. BIURO ZAWODÓW**

Biuro zawodów czynne będzie w Międzyszkolnym Ośrodku Sportowym ul. Kłasztorna 9 dnia 03.05.2016 r. w godz. 12:00 – 14:00 dla Biegu Młodzieżowego, biegu na 3,7 km K i M, Nordic

Walking, a w godz. 12.00 - 15.00 dla Biegu Głównego na 10 km, gdzie odbędzie się weryfikacja zgłoszonych zawodników oraz wydawanie nr startowego wraz z pakietem startowym.

## **VIII. KATEGORIE**

### ***BIEG MŁODZIEŻOWY – 3 KM***

- 1) Kategoria dziewcząt – rocznik 2001-2004 r.
- 2) Kategoria chłopców – rocznik 2001-2004 r.

### ***BIEG NA 3 KM***

- 1) Kategoria OPEN – mężczyzn
- 2) Kategoria OPEN – kobiet

### ***NORDIC WALKING – 3 KM***

- 1) Kategoria OPEN – mężczyzn
- 2) Kategoria OPEN – kobiet

### ***BIEG GŁÓWNY – 10 KM***

- 1) Kategoria OPEN – mężczyzn
- 2) Kategoria OPEN – kobiet

	<i>Mężczyźni</i>		<i>Kobiety</i>
3) Kategoria M16	16 – 19 lat,	K20	16 – 29 lat,
4) Kategoria M20	20 – 29 lat,	K30	30 – 39 lat,
5) Kategoria M30	30 – 39 lat,	K40	40 – 49 lat,
6) Kategoria M40	40 – 49 lat,	K50	50 i starsze
7) Kategoria M50	50 – 59 lat,		
8) Kategoria M60	60 – i starsi		
9) Kategoria Najlepszy Raciborzanin - I-VI m			
10) Kategoria Najlepsza Raciborzanka - I-VI m			
11) Kategoria Niepełnosprawni K i M - I m			
12) Kategoria Niepełnosprawni na wózkach:			
	- Bieg młodzieżowy na 3 km K i M		
	- Bieg na 3 km OPEN K i M		
	- Bieg główny na 10 km K i M		

- 13) Kategoria Służb Mundurowych Polsko – Czeskich (Policja, Straż Graniczna, Straż Pożarna, Straż Miejska, Wojsko Polskie, Służba Ochrony Kolei) K i M - I m
- 14) Kategoria Pracownicy i Studenci Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Raciborzu K i M - I m
- 15) Kategoria Pracownicy RAFAKO K i M – I-III m
- 16) Najlepszy zawodnik i zawodniczka zagraniczna z Czech K i M - I m

## **IX. NAGRODY**

- 1) w biegu młodzieżowym puchar dla zwycięzcy w kategorii dziewcząt i chłopców i nagrody rzeczowe za miejsca I – III,
- 2) w biegu na 3,7 km puchar dla zwycięzcy w kategorii K i M i nagrody rzeczowe za miejsca I – III,
- 3) w Nordic Walking puchar i nagrody rzeczowe w kategorii K i M za I-III miejsce,
- 4) w biegu głównym puchary i nagrody pieniężne w kategorii kobiet i mężczyzn za miejsca I – III,
- 5) w kategoriach wiekowych nagrody rzeczowe za miejsca I-III,
- 6) w kategorii Najlepszy Raciborzanin, Raciborzanka nagrody rzeczowe za miejsca I-VI,
- 7) w kategorii Niepełnosprawni K i M nagroda rzeczowa za I miejsce,
- 8) w kategorii Niepełnosprawni na wózkach K i M (bieg młodzieżowy, OPEN na 3 km oraz bieg główny) nagroda rzeczowa za I miejsce,
- 9) w kategorii Służb Mundurowych K i M nagroda rzeczowa za I miejsce,
- 10) w kategorii Pracownicy i Studenci Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Raciborzu K i M – I miejsce Puchar Rektora PWSZ w Raciborzu,
- 11) w kategorii Pracownicy RAFAKO K i M nagrody rzeczowe za miejsca I-III,
- 12) w kategorii Najlepszy zawodnik i zawodniczka zagraniczna z Czech K i M -I m nagroda rzeczowa
- 13) uczestnicy, którzy ukończą IX BIEG BEZ GRANIC otrzymują na mecie pamiątkowy medal,
- 14) uczestnicy, którzy ukończą - Bieg Młodzieżowy, Bieg na 3,7 km K i M, Nordic Walking, otrzymują na mecie pamiątkowy medal,
- 15) zawodnicy, którzy będą nagradzani w biegu głównym, nie będą nagradzani w poszczególnych kategoriach wiekowych.

## **X. SPRAWY ORGANIZACYJNE**

- 1) bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne,
- 2) bieg odbędzie się przy częściowo zamkniętym ruchu ulicznym,
- 3) w czasie trwania zawodów organizator zapewnia opiekę medyczną,
- 4) organizator zapewnia napoje na trasie i na mecie oraz posiłek regeneracyjny,
- 5) zawodnicy będą mieli zapewnioną szatnię w Międzyszkolnym Ośrodku Sportowym przy ul. Klasztornej 9 w godz. od 12.00 - 18.30,

- 6) interpretacja regulaminu należy do organizatora,
- 7) zawodnicy startują na własny koszt lub organizacji startującej,
- 8) koszty organizacyjne pokrywa organizator,
- 9) nie pobiera się opłaty startowej w Biegu Młodzieżowym na 3km i od studentów PWSZ w Raciborzu (za okazaniem ważnej legitymacji studenckiej),
- 10) w kategorii najlepszy raciborzanin, raciborzanka – stałe zameldowanie potwierdzone dowodem tożsamości,
- 11) zakończenie biegu i wręczenie nagród planowane jest ok. godz. 18.30
- 12) limit czasowy dla biegu młodzieżowego, biegu na 3,7 km i Nordic Walking wynosi 40 min, (zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie zobowiązani są do zejścia z trasy biegu),
- 13) limit czasowy dla biegu głównego na 10 km wynosi 90 min (zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie zobowiązani są do zejścia z trasy biegu),
- 14) Pozostawanie na trasie biegu po upływie wyznaczonego czasu jak również nie stosowanie się do decyzji sędziów przenosi na uczestników odpowiedzialność stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego,
- 15) Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy uczestników zawodów zgubione, uszkodzone lub zniszczone,
- 16) Organizator może wykluczyć z zawodów osoby nieprzestrzegające regulaminu i ładu sportowego,
- 17) Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora,
- 18) W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje Organizator,
- 19) wyniki biegów będą dostępne na stronie internetowej Miasta Racibórz [www.raciborz.pl](http://www.raciborz.pl), [www.osir-raciborz.pl](http://www.osir-raciborz.pl), [www.maratonyypolskie.pl](http://www.maratonyypolskie.pl), [www.datasport.pl](http://www.datasport.pl)

## **XI. INFORMACJA NA TEMAT BIEGU**

- 1) strona internetowa Miasta Racibórz [www.raciborz.pl](http://www.raciborz.pl) (zakładka – IX „Bieg Bez Granic”) [www.osir-raciborz.pl](http://www.osir-raciborz.pl)
- 2) Urząd Miasta Racibórz Wydział Edukacji Kultury i Sportu - tel. 32 75 50 698  
email: [edukacja@um.raciborz.pl](mailto:edukacja@um.raciborz.pl).
- 3) Ośrodek Sportu i Rekreacji – 32/415-37-17