

**Regulamin**  
**IV Lipcowy Dwubieg Puszczykowski**  
**30.06/01.07.2018**

**1. Cel zawodów:**

- popularyzacja biegania jako najprostszej formy ruchu oraz rekreacji ruchowej jako jednego z elementów zdrowego trybu życia,
- umożliwienie sprawdzenia swoich sił i możliwości w rywalizacji sportowej,
- zapoznanie się z walorami krajobrazowymi Puszczykowa.

**2. Organizatorzy:**

- ad+/ biegi.wlkp,
- Miasto Puszczykowo

**3. Zasady uczestnictwa:**

- zawodnicy powyżej 18 roku życia podpisują oświadczenie o biegu na własną odpowiedzialność,
- osoby w wieku 15-18 lat (które w dniu biegu nie osiągnęły jeszcze pełnoletności) zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL,
- zgłoszenia można dokonać drogą elektroniczną poprzez formularz dostępny na stronie,
- osobę liczy się jako zgłoszoną, gdy wypełni formularz oraz dokona wpłaty startowego,
- limit uczestników wynosi 250 osób w każdym biegu,
- zgłaszając się poprzez formularz uczestnik akceptuje niniejszy regulamin,
- każdy zawodnik zobowiązany jest do uiszczenia startowego, o czym szerzej w kolejnym punkcie.

**4. Zasady finansowania:**

- wpisowe wynosi :

**DWUBIEG (BIEG WIECZORNY + PORANNY)**

- 69 zł : do dnia 31 maja
- 89 zł : do dnia 24 czerwca
- 100 zł : w dniu zawodów (w przypadku wolnych pakietów)

### **BIEG WIECZORNY (30.06.2018)**

- 39 zł : do dnia 31 maja
- 49 zł : do dnia 24 czerwca
- 60 zł : w dniu zawodów (w przypadku wolnych pakietów)

### **BIEG PORANNY (1.07.2018)**

- 39 zł : do dnia 31 maja
- 49 zł : do dnia 24 czerwca
- 60 zł : w dniu zawodów (w przypadku wolnych pakietów)

- wpisywane należy uiścić na konto organizatora przez serwis przelewy24.pl

- przekierowanie do płatności nastąpi automatycznie po uzupełnieniu formularza zgłoszeniowego

### **5. Termin i miejsce:**

- miejsce zawodów: Puszczykowo, start, meta i parking na terenie boisk sportowych : ul. Kościelna 7

- biuro zawodów: miasteczko namiotowe na terenie kompleksu sportowego

- termin biegu:

### **BIEG WIECZORNY - 30.06.2018:**

start : 20:00 / biuro zawodów czynne od godziny 17:30

### **BIEG PORANNY - 01.07.2018:**

start : 10:00 / biuro zawodów czynne od godziny 8:00

### **6. Plan minutowy imprezy :**

30.06.2018

17:30 - otwarcie biura zawodów

17:30 - otwarcie pola namiotowego (bezpłatne dla uczestników Dwubiegu)

19:30 - odprawa dla zawodników startujących w klasyfikacji Dwubiegu

20:00 - start biegu wieczornego

20:30 - wydawanie pakietów "kolacyjnych"

20:30 - rozpalenie ognisk

21:30 - dekoracja biegu wieczornego

21:45 - kino letnie

1.07.2018

8:00 - otwarcie biura zawodów

8:00 - wydawanie pakietów "śniadaniowych"

10:00 - start biegu porannego

10:30 - otwarcie bufetu "pobiegowego"

11:30 - dekoracja biegu porannego

12:00 - dekoracja klasyfikacji generalnej Dwubiegu (bieg wieczorny + bieg poranny)

12:30 - zakończenie imprezy

### **7. Trasa:**

Bieg wieczorny odbywa się na trasie o długości 8 km, natomiast bieg poranny to 10 km. Trasy przebiegają po drogach o nawierzchniach naturalnych.

### **8. Nagrody i klasyfikacje:**

Dekoracje przeprowadzone zostaną dla następujących kategorii:

#### **BIEG WIECZORNY :**

OPEN mężczyzn (nagradzane miejsca 1-3)

OPEN kobiet (nagradzane miejsca 1-3)

Kategorie wiekowe:

Mężczyźni: (nagradzane miejsca w kategoriach: 1)

M-15 (15 - 19 lat)

M-20 (20 - 29 lat)

M-30 (30 - 39 lat)

M-40 (40 - 49 lat)

M-50 (50 - 59 lat)

M-60 (60 +)

Kobiety: (nagradzane miejsca w kategoriach: 1)

K-15 (15 - 19 lat)  
K-20 (20 - 29 lat)  
K-30 (30 - 39 lat)  
K-40 (40 - 49 lat)  
K-50 (50 - 59 lat)  
K-60 (60 +)

**BIEG PORANNY :**

OPEN mężczyzn (nagradzane miejsca 1-3)  
OPEN kobiet (nagradzane miejsca 1-3)

Kategorie wiekowe:

Mężczyźni: (nagradzane miejsca w kategoriach: 1)

M-15 (15 - 19 lat)  
M-20 (20 - 29 lat)  
M-30 (30 - 39 lat)  
M-40 (40 - 49 lat)  
M-50 (50 - 59 lat)  
M-60 (60 +)

Kobiety: (nagradzane miejsca w kategoriach: 1)

K-15 (15 - 19 lat)  
K-20 (20 - 29 lat)  
K-30 (30 - 39 lat)  
K-40 (40 - 49 lat)  
K-50 (50 - 59 lat)  
K-60 (60 +)

**KLASYFIKACJA GENERALNA DWUBIEGU (bieg wieczorny + poranny) :**

OPEN mężczyzn (nagradzane miejsca 1-3)

OPEN kobiet (nagradzane miejsca 1-3)

Kategorie wiekowe:

Mężczyźni: (nagradzane miejsca w kategoriach: 1-3)

M-15 (15 - 19 lat)

M-20 (20 - 29 lat)

M-30 (30 - 39 lat)

M-40 (40 - 49 lat)

M-50 (50 - 59 lat)

M-60 (60 +)

Kobiety: (nagradzane miejsca w kategoriach: 1-3)

K-15 (15 - 19 lat)

K-20 (20 - 29 lat)

K-30 (30 - 39 lat)

K-40 (40 - 49 lat)

K-50 (50 - 59 lat)

K-60 (60 +)

Możliwe wprowadzenie dodatkowych klasyfikacji w zależności od ilości pozyskanych sponsorów i liczby zgłoszeń.

Nagrody nie dublują się - osoba nagradzana w kategorii OPEN nie będzie już brana pod uwagę w kategorii wiekowej.

Każdy zawodnik otrzyma na mecie pamiątkowy medal.

Pomiar przeprowadzony będzie przy pomocy elektronicznego pomiaru czasu :

\*do 120 uczestników : tokeny

\*powyżej 120 uczestników : chipy

## **9. Wyżywienie:**

Organizator zapewnia napoje, posiłki (kolacja, śniadanie, drugie śniadanie) oraz bufet w trakcie biegu.

#### **10.Opieka medyczna:**

Organizator zapewnia opiekę medyczną w postaci kwalifikowanego ratownika w czasie trwania biegu oraz po jego zakończeniu. W biurze zawodów zawodnik zobowiązany jest okazać aktualne badania lekarskie bądź też podpisać oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.

#### **11.Postanowienia dodatkowe:**

- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora,
- organizator zastrzega sobie prawo do dyskwalifikacji zawodnika w przypadku celowego "skrócenia" trasy lub też innego niesportowego zachowania wobec innych uczestników biegu.