

III Uliczna Międzyrzeczka Dycha

Pod Patronatem
Burmistrza Miasta Międzyrzec Podlaski
bieg główny 10km
rolki 5km
nordic walking 5km
biegi dla dzieci
Międzyrzec Podlaski 29.07.2018

REGULAMIN

Organizator:

MOSiR Międzyrzec Podlaski / tel. 833717808/

Partnerzy

Dr Gerard

Miasto Międzyrzec Podlaski

KS Taekwondo Międzyrzec Podlaski

Aktywni Rowerowy Międzyrzec Podlaski

Cel imprezy:

- propagowanie zdrowego stylu życia poprzez bieganie, nordic walking i jazdę na rolkach
- promocja aktywnego spędzania wolnego czasu
- promocja miasta Międzyrzec Podlaski

Miejsce imprezy:

Start i meta oraz biuro imprezy

Międzyrzec Podlaski ul. Zarówie 86 Pływalnia Kryta

Trasa:

trasa biegu głównego oraz biegu na rolkach będzie poprowadzona ulicami miasta Międzyrzec Podlaski długość trasy Bieg główny 10000m /2 pętle po 5000m/ nordic walking i bieg na rolkach 5000m /1 pętla/ Nawierzchnia asfaltowa, kostka brukowa.

Limit czasowy:

Limit pokonania trasy 1,5h

Po przekroczeniu tego czasu uczestnicy nie będą klasyfikowani i mają obowiązek zejść z trasy i zdjąć numer startowy.

Program Imprezy

godz. 8.30 – 10.00 rejestracja uczestników i odbiór pakietu startowego - składanie oświadczeń . Zapisy do Biegu Dzieci

godz. 10.15 Biegi dla dzieci

godz..10.45 Rozgrzewka przed biegiem głównym.

godz. 10,55 Start Rolkarzy 5km

godz. 11.00 Start Biegu Głównego 10km

godz. 11.05 Start Nordic Walking 5km

godz. 11.30 impreza plenerowa dla wszystkich uczestników, posiłek regeneracyjny dla uczestników, pokazy, piknik z atrakcjami itp

godz. 12.30 zamknięcie trasy zejście uczestników z trasy. Zamknięcie mety.

Około godz. 13.30 Dekoracje i losowanie nagród rzeczowych dla wszystkich kończących bieg.

Uczestnictwo:

Organizator nie określa limitu osób w biegu.

Zgłoszenia do Biegu Głównego na 10 km, Nordic Walking 5km, Biegu Na Rolkach 5km, odbywać się będą poprzez zapisy internetowe. <http://www.time2go.pl/> do dnia 23.07.2017r

Do biegu dla dzieci zapisy w dniu imprezy w godz. 8.30 – 10.00..

Za zgłoszenie uważa się wypełniony przez uczestnika formularz zgłoszeniowy oraz wniesienie wpisowego w terminie i wysokości określonej w regulaminie.

Formularz zgłoszeniowy znajduje się na stronie <http://www.time2go.pl/>

Wpisowe dla uczestników Biegu Głównego,. Nordic Walking, oraz Biegu na rolkach

wniesione do **dnia 23 lipca 2018 wynosi 35 zł**

Wpłaty po tym terminie oraz w dniu zawodów tj. 29.07.2018 wpisowe **wynosi 70 zł bez pewności otrzymania pakietu startowego.**

W biegach dzieci nie obowiązują wpisowe.

Wpłaty prosimy dokonywać przelewem na rachunek:

Nr konta:

konto bankowe: 62160014621817817570000001

BGŻ BNP Paribas SA Oddział w Międzyrzeczu Podlaskim

Tytuł wpłaty wpisowe bieg lub nordic wolking lub rolki; imię i nazwisko; rok urodzenia,

Wpłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi i nie ma możliwości przenoszenia jej na innego uczestnika.

Uczestnictwo

1. Warunkiem uczestnictwa jest zgłoszenie się w dniu zawodów po wpłacie zgodnie z regulaminem..
2. Podpisanie oświadczenia o udziale na własną odpowiedzialność w imprezie
3. III Uliczna Międzyrzecka DYCHA oraz o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału.
4. Osoby w wieku poniżej 18 lat zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem dopuszczenia ich do imprezy jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji w biurze imprezy.

Sposób przeprowadzenia imprezy – kategorie

Bieg odbędzie się przy ruchu częściowo ograniczonym, należy zachować szczególną ostrożność, poruszać się po prawej stronie jezdni, przestrzegać regulaminu biegu, zasad bezpieczeństwa oraz stosować się do poleceń pracowników obsługi biegu i Policji.

Pomiar czasu będzie realizowany elektronicznie.

Bieg:

zostanie przeprowadzony w kategorii Open Kobiet i Open Mężczyzn uhonorowane 3 pierwsze miejsca . Planowane nagrody finansowe lub cenne nagrody w zależności od sponsorów

oraz w kat. wiekowych uhonorowane tylko 1 miejsce

kobiety

K-16	16-19lat	roczniki 2002-1999
K-20	20-29lat	roczniki 1998-1989
K-30	30-39lat	roczniki 1988-1979
K-40	40-49lat	roczniki 1978-1969
K-50	50-59lat	roczniki 1968-1959
K-60+	60lat i starsi	roczniki 1958 i starsi

mężczyźni

M-16	16-19lat	roczniki 2002-1999
M-20	20-29lat	roczniki 1998-1989
M-30	30-39lat	roczniki 1988-1979
M-40	40-49lat	roczniki 1978-1969
M-50	50-59lat	roczniki 1968-1959
M-60+	60lat i starsi	roczniki 1958 i starsi

Nordic Walking

zostanie przeprowadzony wyłącznie w kategoriach Open kobiet i Open mężczyzn.

Bieg na Rolkach

zostanie przeprowadzony wyłącznie w kategoriach Open kobiet i Open mężczyzn.

Nagrody:

- medale pamiątkowe dla wszystkich kończących bieg w limicie czasowym
- medale oraz upominki od sponsorów dla trzech pierwszych osób w klasyfikacji open kobiet i open mężczyzn w Biegu Głównym, Nordic Walking i Biegu na rolkach
- puchary lub medale dla zwycięzców w poszczególnych kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn wyłącznie w biegu głównym.
- w biegu dzieci medale lub dyplomy

Losowanie cennych nagród rzeczowych dla wszystkich uczestników biegu - odbiór osobisty za okazaniem numeru startowego i potwierdzeniem odbioru.

Postanowienia końcowe:

- Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
- Koszty związane z przeprowadzeniem imprezy pokrywają organizatorzy.
- Uczestnicy przyjeżdżają i odjeżdżają na koszt własny.
- Uczestnicy mają obowiązek zachowania zasad fair-play podczas trwania biegu i na trasie biegu.
- Uczestnicy ubezpieczają się na koszt własny.
- Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną w trakcie trwania imprezy.
- Organizatorzy nie będą odpowiedzialni za przedmioty pozostawione bez zabezpieczenia lub skradzione podczas imprezy.
- Organizatorzy zastrzegają sobie prawo interpretacji niniejszego regulaminu.
- Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność.

Wszelkie informacje na stronie www.mosir.miedzyrzec.pl lub Biuro MOSiR tel. 83717808 od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-10.30

**Serdecznie Zapraszamy
do Międzyrzecza Podlaskiego**