

# REGULMIN BIEGU

„Zielona z przeszkodami” druga edycja **zmiana nazwy na „Wzgórze OCR”**

## 1. CEL

- Popularyzacja biegu z przeszkodami jako nowej formy ruchu wśród mieszkańców Gminy Dębica i okolic
- Upowszechnienie kultury fizycznej i sportu.
- Promocja zdrowego stylu życia.
- Promocja rekreacyjnych walorów Gminy Dębica i okolic

## 2. ORGANIZATORZY

- Five Fit Gym & Fitness Sp. z o.o. 39-200 Dębica ul. Głowackiego 19  
e-mail: [recepca@fivefit.pl](mailto:recepca@fivefit.pl) tel: 787 998 817
- OCR Team Dębica
- Gminny Ośrodek Sportu i Rekreacji Gminy Dębica

## 3. PARTNERZY

- Runmageddon – Ekstremalny bieg z przeszkodami
- Maratończyk Dębica

## 4. CHARAKTERYSTYKA ZAWODÓW

To wydarzenie nastawione jest na dobrą zabawę, do której pretekstem jest wysiłek fizyczny i rywalizacja o miano najtwardszego zawodnika. Na trasie znajdują się przeszkody, które weryfikują sprawność, skoczność, siłę i odporność uczestników.

## 5. TERMIN , MIEJSCE I TRASA BIEGU

- Data: 08.06.2019 /sobota /, godz. 10.00
- Dystans: 9 km plus , 90% drogi i dukty leśne, na którym rozstawionych będzie min 25 przeszkód plus: naturalnych (podbiegi, rzeczka, drzewa, bagna itp.) i

sztucznych ( ścianki, liny , równoważnie, zasieki, drabiny itp.) o różnym stopniu trudności

- Start i meta znajduje się na boisku (Stok Narciarski w Stobiernej koło Dębicy)
- Biuro zawodów czynne w sobotę od godz.8.00
- 400 to limit uczestników , którzy wystartują w 16 falach po 25 zawodników
- Fala I – elit dla mężczyzn (dopłata ekstra 15 zł)
- Fala II – elit dla kobiet (dopłata ekstra 15 zł)
- Fala III-VIII – open dla wszystkich kobiet i mężczyzn którzy ukończyli 18 rok życia, oraz młodzieży powyżej 16 roku życia (z oświadczeniem opiekuna prawnego małoletniego uczestnika).
- Lista i podział na fale będzie dostępna od dnia 2 czerwca na stronie internetowej i będzie wywieszona w biurze zawodów.
- Przy każdej przeszkodzie znajdował się będzie sędzia i wolontariusz
- Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowania stosownie do przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.
- W biegu obowiązuje limit czasowy 120 minut. Pozostawanie na trasie biegu po upływie wyznaczonego czasu nie gwarantuje wykonania pomiaru czasu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu bez podania przyczyn. W takim przypadku Uczestnikowi przysługuje, wedle jego wyboru, prawo do zapisania się na inny bieg lub żądania zwrotu uiszczonych opłat startowej. O odwołaniu biegu Organizator poinformuje Uczestników poprzez zamieszczenie odpowiedniej informacji na Stronie Internetowej oraz w formie mailowej, przekazując szczegóły zapisu na bieg w innym terminie lub zwrotu wniesionych opłat

## 6. **KLASYFIKACJA**

Organizator przyznaje wyróżnienia w następujących kategoriach

- Fala elit kobiet – miejsca I-III
- Fala elit mężczyzn – miejsca I-III
- Fala open kobiet – miejsca I-III
- Fala open mężczyzn – miejsca I-III

- Drużynowe – miejsca I-III (liczy się sumaryczny czas czterech najlepszych zawodników z drużyny)
- Organizator ma prawo przyznawać wyróżnienia także w innych kategoriach,

## 7. POMIAR CZASU

- W biegu będzie wykonywany elektroniczny pomiar czasu przez Firmę TIMEKEEPER
- Posiadanie numeru startowego wraz z chipem jest warunkiem wystartowania w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym.
- Niewłaściwe zamocowanie, chipa /numerów/ startowego może spowodować niesklasyfikowanie zawodnika.

## 8. NAGRODY I ŚWIADCZENIA DLA ZAWODNIKÓW

- Przewidywane są symboliczne nagrody w poszczególnych falach raz medale od 1 do 3 miejsca.
- Dla zawodników będzie przygotowany depozyt.
- Dla zawodników będzie przygotowany punkt z wodą.
- Organizatorzy zapewniają na biegu zabezpieczenie medyczne.

## 9. ZGŁOSZENIA DO BIEGU I OPŁATY

- Zgłoszenia przyjmowane są drogą elektroniczną poprzez formularz zgłoszeniowy do dnia 31.05.2019 na stronie [http:// www.timekeeper.pl/zawody/](http://www.timekeeper.pl/zawody/). lub do wyczerpania limitu 400 miejsc .
- Start w biegu jest odpłatny i wynosi **60 zł** przy płatności do dnia 30 kwietnia 2019 roku, od dnia 1 maja do 31 maja odpłatność **75 zł** , a od 1 czerwca do dnia zawodów **85 zł**. Do fal elit dopłata ekstra **15 zł** .Opłata drogą elektroniczną maksymalnie do 5 dni od zgłoszenia , w przypadku braku opłaty w terminie zawodnik zostaje skreślony z listy uczestników.

## 10. UCZESTNICTWO I WARUNKI UDZIAŁU

- Wypełnienie formularza zgłoszeniowego

- W celu weryfikacji każdy zawodnik musi zgłosić się osobiście z dowodem osobistym
- Każdy zawodnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność, co potwierdza złożeniem podpisu w oświadczeniu o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wzięcia udziału w biegu i wyrażanie zgody na udział w biegu na własną odpowiedzialność, z pełną świadomością niebezpieczeństw i ryzyka wynikającego z charakteru biegu z przeszkodami. Każdy zawodnik zgłaszając się do biegu wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla celów weryfikacji i umieszczenia w komunikacie końcowym.
- Każdy zawodnik powinien stosować się do poleceń organizatora , sędziów oraz osób kierujących ruchem i wolontariuszy. Zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem biegu i zobowiązany jest do jego przestrzegania.
- Uczestnik zawodów wyraża zgodę na publikowanie swojego wizerunku w celach relacji z imprezy i jego promocji na wszelkich nośnikach multimedialnych w internecie, prasie, telewizji oraz na nośnikach reklamowych innego typu.
- Pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
- Dokonanie płatności za bieg

## 11. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Wyniki biegu będą dostępne po zakończeniu biegu na tablicy ogłoszeń biura zawodów oraz na stronie: [www.timekeeper.pl](http://www.timekeeper.pl).
- Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
- Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu na klatce piersiowej.
- Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
- Dla zawodników będzie przygotowany depozyt.
- Dla zawodników będą przygotowane jeden punkt z wodą.
- Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy zagubione lub pozostawione .
- Uczestnicy mają obowiązek stosowania się do poleceń policji, straży miejskiej oraz osób zabezpieczających trasę biegu.

- Wszyscy uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora.