

## Regulamin

### **Wiosenny Bieg Leśną Ścieżką w Tarnówce – 10km, 5km oraz Nordic Walking 5km**

Pod honorowym patronatem Wójta Gminy Tarnówka oraz  
Granqvists Manufacturing

#### **I. CEL IMPREZY**

1. Promocja Gminy Tarnówka na terenie kraju.
2. Popularyzacja biegania jako najbardziej naturalnej formy aktywności.
3. Promocja gminy Tarnówka jako miejsca organizacji wydarzeń sportowych.
4. Propagowanie zdrowego stylu życia oraz postaw abstyntenckich wobec alkoholu i narkotyków.

#### **II. ORGANIZATOR I PODMIOTY WSPÓŁPRACUJĄCE**

- LKS Tarnovia Tarnówka
- Urząd Gminy Tarnówka
- Granqvists Manufacturing
- Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Tarnówce
- OSP Tarnówka
- OSP Osówka

#### **PARTNER TECHNICZNY**

Herkules All Sports

#### **III. TERMIN I MIEJSCE**

- 02 maja 2021r. - Tarnówka – godz. 10.00

Start i meta ul. Przedszkolna 2, 77-416 Tarnówka

#### **IV. TRASA I DYSTANS**

1. Trasa prowadzi przez rekreacyjne tereny leśne.

Trasa oznaczona co 1 km.

1 pętla - dystans 5 km

2 pętle - dystans 10 km

2. Na trasie znajduje się punkt pomocy medycznej. W przypadku kontuzji, uczestnik powiadamia obsługę trasy, która przekazuje informacje do punktu pomocy medycznej.
3. Plan trasy z zaznaczonym punktem pomocy medycznej oraz punktem odświeżania znajduje się w biurze zawodów.

## V. PROGRAM MINUTOWY

Niedziela - 02.05.2021r.

- godz. 8.30 – 09.45 - sekretariat zawodów ( plac przy ul. Przedszkolnej 2).
- godz. 10.00 - bieg główny – 10 km
- godz. 11.10 – bieg główny na dystansie 5 km
- godz. 12.00 – Nordic Walking na dystansie 5 km
- godz. 13.00 - uroczyste podsumowanie

## VI. ZAPISY

1. On-line do dnia 25.04.2021 do godziny 23:59 przez formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie: [herkules.org.pl](http://herkules.org.pl)
2. W biurze zawodów – zapisy oraz weryfikacja zawodników i wydawanie numerów startowych.
3. Wprowadza się limit zawodników 300 na dystansach.

## VII. OPŁATA STARTOWA

Opłata startowa indywidualna:

Na dystansie 10km, 5km, Nordic Walking

- 40 zł do dnia 25 marca 2020r.
- 40 zł w biurze w dniu zawodów, jeśli nie został przekroczony limit uczestników

**Mieszkańcy Gminy Tarnówka płacą 50% opłaty startowej.**

W ramach opłaty uczestnicy otrzymują pakiet startowy, medal oraz posiłek regeneracyjny.

Opłaty przelew elektroniczny przez BLUE MEDIA

## VIII. ZASADY UCZESTNICTWA

1. Podczas imprezy obowiązują przepisy Polskiego Związku Lekkiej Atletyki.
2. Każdy uczestnik ma obowiązek samodzielnego wyposażenia się w materiały ochrony osobistej (maseczki, jednorazowe rękawiczki itp.)
3. Pamiętajmy, aby w miarę możliwości zachować dystans 2m.
4. Organizatorzy biegu wyznaczają miejsca z płynem do dezynfekcji rąk.
5. Organizatorzy mają obowiązek w przypadku zarażenia SarsCoV-2 udostępnić listę uczestników i pracowników odpowiednim pracownikom Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej.
6. Organizator biegu ma prawo w każdej chwili zmienić regulamin biegu tak, aby całe wydarzenie odbyło się bezpiecznie i zgodnie z obowiązującymi obostrzeniami.
7. Pomiar czasu za pomocą chipów, ustalenia kolejności zawodników na mecie dokonują sędziowie. Wyniki zawodów na żywo oraz na stronie organizatora: [www.tarnowka.pl](http://www.tarnowka.pl) lub [www.herkules.org.pl](http://www.herkules.org.pl)
8. Zawodnicy sklasyfikowani zostaną w następujący sposób:

- Indywidualnie:

W biegu głównym na dystansie 5 km ,10km oraz Nordic Walking– klasyfikacja generalna

9. W biegach udział biorą zawodnicy, którzy ukończyli 16 rok życia (biorąc pod uwagę dokładną datę urodzenia). Osoby nieletnie muszą stawić się i odebrać pakiet w obecności opiekuna prawnego, który podpisze oświadczenie w obecności obsługi sekretariatu zawodów (wcześniej potwierdzając swoją tożsamość okazując się dowodem tożsamości).

10. Wszyscy zawodnicy startujący w biegu muszą zostać zweryfikowani (z dowodem tożsamości ze zdjęciem) w biurze.

11. Podpisując listę startową uczestnik bierze pełną odpowiedzialność za swoje uczestnictwo w biegu.

## IX. WYRÓŻNIENIA

### INDYWIDUALNIE

W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn na dystansie 5 km:

za miejsca I – III nagroda

W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn na dystansie 10km:

za miejsca I – III nagroda

W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn Nordic Walking

za miejsca I – III nagroda

## **X. DEPOZYT**

1. Depozyt na pozostawienie rzeczy na okres biegu znajdować będzie się w wyznaczonym miejscu.
2. Deponować wolno jedynie elementy ubioru, zaś pozostawianie w depozycie wszelkich dokumentów, cennych przedmiotów i pieniędzy jest niedozwolone. Depozyt można odebrać tylko na podstawie numeru startowego. W przypadku zgubienia przez zawodnika numeru startowego, Organizator jest zwolniony z odpowiedzialności za pobranie depozytu przez inną osobę.
3. Za pozostawione bez opieki rzeczy organizator nie ponosi odpowiedzialności.

## **XI. UBEZPIECZENIE**

1. Organizator posiada ubezpieczenie OC.
2. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

## **XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Organizator zapewnia opiekę medyczną w Biurze Organizacyjnym oraz na trasie i mecie biegu.
2. Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe, przymocowane do koszulek sportowych na klatce piersiowej. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego (w części lub całości).
3. Bieg odbędzie się bez względu na pogodę.
4. W razie nie odbycia się przedsięwzięcia sportowego organizator wyznacza inny termin lub organizuje bieg wirtualny. Dokonane wpłaty nie będą zwracane.
5. Organizator nie zapewnia miejsc noclegowych.
6. Interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora biegu.
7. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu, wynikające z winy uczestników.
8. W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje organizator.
9. Organizatorzy zalecają dodatkowe ubezpieczenie się od NNW.

10. Przyjmuje się, że zgłoszenie się do zawodów (wpis na listę zawodników) jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu.
11. Każdy uczestnik, który zrezygnuje z udziału w biegu w trakcie jego trwania powinien bezzwłocznie zgłosić ten fakt obsłudze technicznej będącej na trasie biegu lub w biurze zawodów.
12. Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania imprezy sportowej.
13. Organizator, wszystkie osoby z nim współpracujące, a także osoby związane z przeprowadzeniem i organizacją biegu nie ponoszą odpowiedzialności względem uczestników za wypadki, ewentualne kolizje, szkody osobowe, rzeczowe i majątkowe, które wystąpią przed, w trakcie lub po zawodach spowodowane przez uczestników imprezy. Uczestnicy ponoszą odpowiedzialność cywilną i prawną za wyrządzone szkody.
14. Każdy zawodnik w biegu otrzymuje numer startowy, który po biegu upoważnia do otrzymania posiłku i wodę na trasie.
15. Akceptując regulamin Uczestnik wyraża zgodę, aby zdjęcia, nagrania filmowe oraz wywiady z jego osobą, a także wyniki mogły być wykorzystane przez prasę, radio i telewizję a także w celach marketingowych Organizatora i sponsorów biegu.
16. Wyrażam zgodę na wykorzystywanie i przetwarzanie danych osobowych zawartych w formularzu zgłoszeniowym w zakresie związanym z organizacją imprezy (zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE).
17. W przypadku niezwrócenia chipa po zakończeniu zawodów, uczestnik wyraża zgodę na obciążenie go kwotą 30zł.
18. W zabezpieczeniu biegu będą pomagać członkowie Ochotniczej Straży Pożarnej, oraz wolontariusze.
19. Załącznikiem do regulaminu jest mapka trasy biegowej.
20. Informacje dotyczące imprezy można uzyskać pod adresem : [biuro@herkules.pl](mailto:biuro@herkules.pl)