



Organizator:

- UM Lubań
- MOSiR w Lubaniu

Współorganizatorzy:

- ŁCR Lubań
- MDK Lubań

Cel:

- popularyzacja masowych biegów jako zdrowego stylu życia,
- popularyzacja marszów Nordic Walking,
- upowszechnianie wypoczynku na świeżym powietrzu,
- wspólna rywalizacja sportowa,
- aktywizacja Kamiennej Góry i Wielkiego Lasu Lubańskiego;

I. Termin i trasa: 15 października 2016 (sobota);

Start i meta : Zameczek na Kamiennej Górze – Szkoła Muzyczna;

BIEG na dystansie 10 km rozpoczęcie godz.12.00 oraz marsz Nordic Walking na dystansie 5 km (Nordic Walking –zawody amatorskie) rozpoczęcie godz. 13.00, odbędą się w dniu 15 października 2016 r. na terenie Kamiennej Góry w Lubaniu, drogami o nawierzchni asfaltowej i szutrowej (1000 m);

Trasa:

Start z linii przy Zameczku, bieg drogą asfaltową w kierunku Bukowej Góry, w połowie trasy zawrócenie i powrót przez drogę oraz ścieżkę parku na Kamiennej Górze na linie startu/mety. Start do Nordic Walkingu 60' później.

Oznaczenie trasy : oznakowanie trasy poprzez barierki, pachołki, taśmy oraz linie poziome;

Punkt odżywczy z napojami: 5 km i meta. Organizator zapewnia opiekę medyczną. Trasa nie posiada atestu PZLA.

II. Limit czasu

1. Zawodników biegu na 10 km oraz marszu Nordic Walking obowiązuje limit czasu 2 godz.
2. Osobom, które przekroczyły limit czasu zostanie zabrany numer startowy i będą mogli według własnego uznania kontynuować bieg, jednakże poza jezdnią i na własną odpowiedzialność.
3. Zawodnicy powyżej limitu czasu nie będą klasyfikowani.

III. Uczestnictwo

1. W biegu i marszu mogą uczestniczyć zawodnicy, którzy **ukończyli 18 lat** i uiszczą opłatę startową.

2. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać: dowód osobisty, prawo jazdy, paszport lub inny dokument ze zdjęciem dla sprawdzenia daty urodzenia i adresu, zaświadczenie lekarskie zezwalające na udział w biegu lub w przypadku jego braku pisemne oświadczenie zawodnika o udziale w biegu na własną odpowiedzialność, dowód uiszczenia opłaty startowej.
3. Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w dniu 15.10.2016 r. w godzinach 9.00 – 11.30
4. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie formularza zgłoszeniowego

IV. Klasyfikacja

A. w biegu na 10 km

1. **OPEN kobiet.**
2. **OPEN mężczyzn.**
3. **Kategorie wiekowe (dla mężczyzn oraz kobiet oddzielnie) :**
 - a) **18 – 35 lat;**
 - b) **36 – 50 lat;**
 - c) **51 – 65 lat;**
4. **NAJLEPSZY ZAWODNIK Z MIASTA LUBAŃ**
5. **NAJSTARSZY ZAWODNIK**
6. **NAJSTARSZA ZAWODNICZKA**

B. w marszu NORDIC WALKING

1. **OPEN kobiet.**
2. **OPEN mężczyzn.**
3. **NAJSTARSZY ZAWODNIK**
4. **NAJSTARSZA ZAWODNICZKA**

- Do zakwalifikowania do odpowiedniej klasyfikacji wiekowej organizatorzy stosują rok urodzenia;
- Osoby nagrodzone w klasyfikacji generalnej nie otrzymują nagród w kategorii wiekowej. Nagrody te przechodzą na następnych w kolejności w kategorii wiekowej.

V. Zgłoszenia

1. Zgłoszenia do udziału w w biegu na 10 km oraz Nordic Walkingu można dokonywać:
 - poprzez formularz zgłoszeniowy dostępny on-line na stronie internetowej **ultimasport.pl** do dnia 8 października 2016 r.
 - osobiście w dniu biegu tj. 15.10.2016 r. w Biurze Zawodów – od godziny 9.00
2. Osoby zgłoszone przez Internet muszą przed startem podpisać formularz zgłoszeniowy.
3. Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego i uiszczenie opłaty startowej.
4. **Limit zawodników na trasie Lubańskiego Biegowiska na dystansie 10 km wynosi 150 osób, na marszu Nordic Walking 50 osób (decyduje kolejność zgłoszenia oraz uiszczenia opłaty startowej).**
5. **Opłatę za pakiet startowy należy wpłacić na konto Miejski Dom Kultury ul. Kościuszki 4 nr konta: 59 2030 0045 1110 0000 0425 7440 Bank BGŻ BNP PARIBAS S.A;**

VI. Opłata startowa

1. Opłata startowa za udział w biegu wynosi:
 - a. **20 zł**, jeżeli jest dokonana do dnia 8 października 2016 r. włącznie,
 - b. **30 zł**, jeżeli jest dokonana w dniu zawodów tj. 15.10.2016 r.;

2. Opłata startowa za udział w Nordic Walking wynosi analogicznie jak za opłatę startową w biegu;
3. O wysokości opłaty startowej decyduje dzień, w którym dokonywana jest transakcja, a nie dzień zgłoszenia się do biegu.
4. Zwolnieni z opłaty startowej są uczestnicy, którzy mają 70 lat i więcej, (tj. osoby urodzone w roku 1946 i starsze).
5. Opłatę startową należy wносить poprzez system płatności udostępniony podczas rejestracji.
6. Organizator nie odpowiada za zaginięcie zgłoszenia oraz przekazu pocztowego lub przelewu bankowego z winy poczty lub banku.
7. Każdy uczestnik jest zobowiązany do wniesienia opłaty startowej w ciągu 7 dni od momentu dokonania zgłoszenia do biegu. W przeciwnym wypadku jego zgłoszenie zostanie anulowane.
8. W dniu zawodów, tj. 15.10.2016 r. opłatę startową będzie można uiścić płacąc gotówką w Biurze Zawodów, w godzinach od 9:00 do 11.30. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.
10. Nie ma możliwości przeniesienia raz wniesionej opłaty na innego uczestnika.

VII. Nagrody w biegu na 10 km oraz marszu Nordic Walking 5 km:

1. Zdobywcy miejsc I-III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn otrzymają puchary oraz nagrody rzeczowe (OPEN M i OPEN K);
2. Zdobywcy miejsc I – III w kategoriach wiekowych otrzymują puchary;
3. Najlepszy zawodnik z miasta Lubań puchar i nagroda rzeczowa;
4. Puchar i nagroda rzeczowa dla **najstarszego zawodnika i zawodniczki** w kategorii kobiet i mężczyzn;
5. Wszyscy uczestnicy otrzymują pamiątkowy medal za udział w zawodach;
6. W ramach wpisowego uczestnik biegu i marszu otrzymuje pakiet startowy : **koszulkę z nadrukiem, wodę, słodycze, gadżet, a po biegu okolicznościowy medal, posiłek regeneracyjny.**
7. Koronacja zwycięzców o godz. 14.15 (bieg) i 15.15 (marsz) przy linii startu.

Osoby nagrodzone w klasyfikacji generalnej nie otrzymują nagród w kategorii wiekowej. Nagrody te przechodzą na następnych w kolejności w kategorii wiekowej.

VIII. Bezpieczeństwo uczestników biegu

1. Biegi odbędą się przy częściowo ograniczonym ruchu kołowym.
2. Uczestnicy biegu zobowiązani są do zachowania szczególnej ostrożności na całej trasie biegu.
3. Zawodnicy winni stosować się do poleceń pracowników obsługi biegu i Policji.
4. Organizator nie bierze odpowiedzialności za bezpieczeństwo osób nieposiadających numerów startowych.
5. Organizator nie bierze odpowiedzialności za stan zdrowia zawodników.
6. Zawodnicy startują na własną odpowiedzialność.

IX. Postanowienia końcowe

1. Wszystkich uczestników Lubańskiego Biegowiska obowiązuje niniejszy regulamin.
2. Każdy uczestnik biegu jest zobowiązany do umieszczenia numeru startowego z przodu, na wysokości klatki piersiowej pod karą dyskwalifikacji.
3. Organizator zapewnia szatnie, przebieralnie, które znajdować się będą przy starcie do biegu.
4. Parking niestrzeżony w dniu zawodów znajduje się w okolicach lubańskiej Kamiennej Góry : ulice Mickiewicza, Sybiraków (do krzyżówki na trasę), Aleja Kombatantów;
5. Koszty opłaty startowej, dojazdów oraz innych świadczeń pokrywają uczestnicy imprezy.
6. Biegi odbędą się bez względu na pogodę.
7. W przypadku zaistnienia nadzwyczajnych okoliczności organizator zastrzega sobie prawo odwołania biegów lub ich przerwania.
8. Zgłoszenie do udziału w biegu jest równoznaczne z przyjęciem niniejszego regulaminu.
9. Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.

10. Organizator zawodów zastrzega sobie prawo do wykorzystania wypowiedzi wizerunków uczestników biegu do celów reklamy i promocji.

11. Pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne w czasie do 10 minut od wywieszenia do publicznej wiadomości komunikatu końcowego. Warunkiem złożenia protestu jest wpłacenie kaucji w wysokości 100 PLN. W przypadku nieuwzględnienia protestu, kaucja nie jest zwracana. Protesty będą rozpatrywane w czasie do 10 minut od złożenia.

Informacje dotyczące biegu można uzyskać

- telefonicznie pod nr tel. 75 646 06 06 (Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Lubaniu;
- u organizatora imprez sportowych MOSiR w Lubaniu 602 611 501;
- pod adresem organizatorsportu@mosirluban.pl ;

Organizator imprez sportowych
w MOSiR w Lubaniu

Konrad Rutkiewicz

Dyrektor MOSiR w Lubaniu

Małgorzata Garula