



**REGULAMIN
V BIEGU SZLAKIEM KRÓLA ZYGMUNTA STAREGO
KOZIENICE 30.05.2015**

I. ORGANIZATOR

1. Kozienskie Centrum Rekreacji i Sportu

II. CELE

1. Popularyzacja biegów jako naturalnej formy spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu.
2. Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń środowiska biegaczy.
3. Rodzinne spędzanie czasu wolnego (piknik rodzinny, koncerty m.in. Donatan i Cleo, atrakcje dla dzieci) w ramach Dni Puszczy Kozienskiej.

III. TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się w dniu 30.05.2015r. w Koziensicach, na dystansie 5 km i 10 km. (dwie pętle po 5 km). Mapa biegu - załącznik nr 1
2. Start i meta usytuowane będą na Ośrodku Rekreacji i Turystyki KCRiS ul. Bohaterów Studzianek 30 - załącznik nr 2
3. Trasa biegu prowadzi ulicami miasta (asfalt) oraz alejkami parkowymi. Trasa będzie oznakowana co 1 km, na czas trwania biegu ruch drogowy zostanie wstrzymany, obowiązuje ruch prawostronny.
4. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosownie do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.
5. Biuro zawodów znajdować się będzie w amfiteatrze na terenie Ośrodku Rekreacji i Turystyki KCRiS. – załącznik nr 3

V. Program imprezy

- **godz. 9.00** – zapisy dla osób, które nie zgłosiły się do 20.05, odbiór pakietów startowych - amfiteatr
- **godz. 10.30** - start do biegu
- **godz. 12.15** - wręczanie nagród – amfiteatr
- **godz. 12.45** – posiłek regeneracyjny (zupa)

VI. ZASADY UCZESTNICTWA

1. W biegach na dystansie 5km i 10 km może wziąć udział osoba, która rocznikowo ukończyła lat 16.

2. Osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w imprezie tylko za pisemną zgodą prawnego opiekuna.

3. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie:

- zgłoszenie: <http://www.czasnachip.pl/2015/kozienice.php>

- uiszczenie opłaty startowej w wysokości **30 zł** do 24.05.2015r na konto KCRiS 80 1240 5862 1111 0010 3704 5738, tytuł przelewu „V Bieg Szlakiem Króla Zygmunta Starego”

- wpłaty po terminie i w dniu zawodów **50 zł**

- własnoręczne podpisane zaświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu, które będzie dostępne w biurze zawodów.

4. Impreza jest ubezpieczona.

5. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu bądź innych środków odurzających.

6. Klasyfikacje

- Kat. generalna kobiet i mężczyzn

- Kobiety do 25, 35, 45, 45+ r. ż

- Mężczyźni do 20, 30, 40, 50, 60, 60+ r. ż

- Kat. najlepsza zawodniczka gminy Kozienice

- Kat. najlepszy zawodnik gminy Kozienice

IX. NAGRODY

Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal z biegu oraz koszulkę

w każdej kat. wiekowej:

I miejsce – puchar, nagrody rzeczowe, dyplom

II miejsce – nagrody rzeczowe, dyplom

III miejsce – nagrody rzeczowe, dyplom

- nagrody niespodzianki dla losowo wybranych zawodników

- uczestnicy biegu otrzymają bezpłatne wejście na pływalnię Delfin za okazaniem numeru startowego, do wykorzystania w dniu zawodów.

X. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszystkich uczestników V Biegu Szlakiem Króla Zygmunta Starego obowiązuje niniejszy regulamin.

2. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach filmowych i fotograficznych z biegu

3. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie biegu.

4. V Bieg Szlakiem Króla Zygmunta Starego odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.

7. Uczestnicy biegu będą mogli korzystać z szatni (świetlica) oraz z umywalni i natrysków znajdujących się na terenie Ośrodka Rekreacji i Turystyki KCRiS. – załącznik nr 2

8. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.

9. Parkingi dla samochodów znajdują się na terenie Ośrodka- załącznik nr 2

10. Wyniki będą opublikowane na stronie internetowej imprezy www.kcris.pl www.czasnachip.pl, menu WYNIKI, www.maratonypolskie.pl

11. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie, o których winien poinformować przed rozpoczęciem imprezy.

12. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.

13. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.

14. W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.

Dyrektor biegu.