



**REGULAMIN  
X BIEGU SZLAKIEM KRÓLA ZYGMUNTA STAREGO  
KOZIENICE 06.06.2020**

**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.

**III. TERMIN I MIEJSCE**

1. Bieg odbędzie się w dniu 06.06.2020r. w Kozienicach, 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 na terenie Ośrodka Rekreacji i Turystyki KCRiS. – załącznik nr 3

#### IV. Program imprezy

- **5.06 (piątek) g. 19.00 - 20.30** - odbiór pakietów startowych dla zawodników z Kozienic - Pensjonat na Ośrodku Rekreacji i Turystyki KCRiS
- **06.06 (sobota) godz. 8.30 – 10.00** - odbiór pakietów startowych dla zawodników z poza Kozienic – Pensjonat na Ośrodku Rekreacji i Turystyki KCRiS
- **godz. 11.00 - start biegu**
- **godz. 12.30** – posiłek regeneracyjny (zupa)
- **godz. 13.00** – wręczanie nagród

#### V. ZASADY UCZESTNICTWA

1. W biegach na dystansie 5 km 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 do zawodów wyłącznie drogą internetową pod adresem <http://czasnachip.pl/2020/kozienice.php> do 31.05.2020r godz. 18.00.**

**Po terminie i w dniu zawodów zapisy nie będą przyjmowane!**

- uiszczenie opłaty startowej w wysokości - **40 zł** do 31.05.2020r godz. 18.00

- wpłaty po terminie 31.05.2020r - **60 zł** płatne w dniu zawodów w biurze zawodów

- 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 na 5 i 10 km

- Kat. open kobiet i mężczyzn

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

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

- Kat. najlepsza zawodniczka gminy Kozienice

- Kat. najlepszy zawodnik gminy Kozienice

## VI. NAGRODY

**Każdy uczestnik otrzyma pamiątkowy medal z biegu.**

W każdej kat. wiekowej:

I miejsce – puchar, nagrody rzeczowe

II miejsce – nagrody rzeczowe

III miejsce – nagrody rzeczowe

- nagrody niespodzianki dla losowo wybranych zawodników

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

## VII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszystkich uczestników X 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. X 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](http://www.kcris.pl) [www.czasnachip.pl](http://www.czasnachip.pl) - menu WYNIKI, [www.maratonypolskie.pl](http://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.**