



**REGULAMIN  
XII BIEGU SZLAKIEM KRÓLA ZYGMUNTA STAREGO  
KOZIENICE 27.05.2023**

**I. ORGANIZATOR**

1. Kozienskie Centrum Rekreacji i Sportu ul. Legionów 4, 26-900 Koziensice  
tel.48 611 72 33, piotr.lapinski@kcris.pl

**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 27.05.2023r. 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 terenie Ośrodka 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.

#### IV. Program imprezy

- **26 maja (piątek) godz. 19:00 – 20:30** - odbiór pakietów startowych dla zawodników z Kozienic - świetlica na terenie Ośrodka Rekreacji i Turystyki KCRiS
- **27 maja (sobota) godz. 8:30 – 10:00** - odbiór pakietów startowych dla zawodników spoza Kozienic – świetlica na terenie Ośrodka Rekreacji i Turystyki KCRiS
- **godz. 11:00 - start biegu**
- **godz. 12:30** – posiłek regeneracyjny
- **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/2023/kozienice.php> do 19.05.2023r. godz. 18.00.**

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

- uiszczenie opłaty startowej w wysokości - **60 zł** do 19.05.2023r. godz. 18:00

- wpłaty po terminie 19.05.2023 r. - **100 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. Limit uczestników biegu – 200 osób.

7. 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**

**Pakiet startowy** (numer, chip zwrotny, koszulka aktywna, jogurt, baton, bezpłatne wejście na pływalnię Delfin za okazaniem numeru startowego, do wykorzystania w dniu zawodów).

**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

## **VII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Wszystkich uczestników XII 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. XII Bieg Szlakiem Króla Zygmunta Starego odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
7. Uczestnicy biegu będą mogli korzystać 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 ORIT - 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.**

