

Regulamin Biegu 5-10-15

PATRONAT I ORGANIZATORZY

1. Organizatorem Biegu 5-10-15 są:
 - Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ełku
 - Pod patronatem Prezydenta Miasta Ełku i Rada Miasta Ełku
 - Warmińsko – Mazurski Urząd Marszałkowski
 - Internet: www.mosir.elk.pl, e-mail: mosir@mosir.elk.pl

TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg 5-10-15 odbędzie się 28 sierpnia 2022 roku o godz. 11.00 w Ełku.
2. Start i meta wyznaczone zostały przy Centrum Edukacji Ekologicznej w Ełku.
3. Długość trasy wynosi 5, 10 i 15 km.
4. Trasa tworzy zamkniętą pętlę i biegnie promenadą nad jeziorem Ełckim, ul. Zamkową (asfalt – 20 %, kostka - 80%). Pętla ma długość 5 kilometrów. Zawodnicy biegnący na 5 km pokonują pętlę 1 raz, zawodnicy biegnący na 10 km pokonują pętlę 2 razy, a zawodnicy biegnący na 15 km pokonują pętlę 3 razy.
5. Trasa będzie posiadała oznaczone wszystkie kilometry: od 1 do 15.
6. Na trasie będą znajdowały się punkty odżywiania.

BIURO ZAWODÓW

W dniu 28 sierpnia Biuro Zawodów Biegu 5-10-15 będzie się znajdowało w Centrum Edukacji Ekologicznej, przy ul. Parkowej 12 - w okolicach Plaży Miejskiej w Ełku.

PROGRAM ZAWODÓW

1. 8:00 - 10:15 - przyjmowanie zgłoszeń i wydawanie numerów startowych,
2. 11:00 - uroczyste otwarcie biegu
3. 11:00 - start biegu na wszystkich dystansach
4. 12:00 - piknik
5. 12:45 - uroczyste zakończenie biegu (wręczenie nagród)

UCZESTNICTWO

1. W Biegu 5-10-15 mogą wziąć udział osoby, które do dnia 27 sierpnia 2022 r. ukończą 18 lat. Osoby niepełnoletnie mogą wystartować po uzyskaniu pisemnej zgody opiekuna prawnego.
2. W czasie rejestracji, zawodnicy mają obowiązek przedłożenia dowodu tożsamości na żądanie organizatora.
3. Warunkiem startu w Biegu 5-10-15 jest zgłoszenie się zawodnika/zawodniczki do dnia 28 sierpnia 2022 r. do godz. 10:15 poprzez:

- wysłanie do dnia 24 sierpnia 2022 r. do godziny 12:00 prawidłowo wypełnionego formularza zgłoszeniowego on-line
 - wypełnienie formularza zgłoszeniowego w Biurze Zawodów w dniu 28 sierpnia 2022 oraz:
 - podpisanie własnoręcznie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu
 - wniesienie właściwej opłaty startowej. Opłata raz wniesiona nie podlega zwrotowi. Brak opłaty powoduje wykreślenie z listy startowej.
 - Opłata startowa w zależności od terminu wpłaty wynosi:
 - 40 zł – do 10 sierpnia 2022 r.
 - 50 zł – od 11 do 29 sierpnia 2022 r.
4. Weryfikacja zawodników, wydawanie pakietów i numerów startowych będą odbywały się w Biurze Zawodów, które będzie znajdowało się w Centrum Edukacji Ekologicznej w Ełku przy ul. Parkowej 12.
 5. Przekazanie swojego numeru startowego innej osobie spowoduje dyskwalifikację zawodnika.
 6. Zawodnicy ubezpieczają się we własnym zakresie. Organizator nie ubezpiecza zawodników na czas zawodów i nie odpowiada za rzeczy pozostawione poza szatnią lub wyznaczonym miejscem.
 7. Przyjęcie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją niniejszego regulaminu oraz warunków bezpieczeństwa na trasie biegu.
 8. Zawodnicy startujący w zawodach mają obowiązek dostosowania się do przepisów ruchu drogowego i zachowania wszelkich środków ostrożności - pokonując trasę po drogach miejskich korzystają z wyznaczonej specjalnie w tym celu części jezdni - w miejscu gdzie droga jest wyłączona z ruchu tylko częściowo, zachowują szczególną ostrożność trzymając się prawej strony drogi nie wybiegają na stronę lewą - bezwzględnie wykonują wszystkie polecenia wydawane przez policję oraz służby porządkowe, które koordynują i zabezpieczają trasę zawodów - zawodnicy podczas biegu stosują zasadę Fair Play.
 9. Warunkiem sklasyfikowania zawodnika jest przebiegnięcie po zatwierdzonej trasie Biegu i ukończenie biegu w regulaminowym czasie 2 godzin. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu do godziny 12:45 są zobowiązani do przerywania biegu i dojechania do mety pojazdem z napisem „Koniec Biegu”. Ktokolwiek pozostanie na trasie po upływie tego czasu, ponosi za to odpowiedzialność własną, stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego.
 10. Do wyboru są dystanse – 5 km, 10 km i 15 km. Zawodnicy sami decydują na jaki dystans biegają.
 11. Start na wszystkich dystansach jest wspólny.
 - 12. Limit uczestników wynosi 200 osób.**

SZATNIA I PRZECHOWALNIA

1. Szatnia i przechowalnia odzieży w dniu 28 sierpnia 2022 będzie znajdowała się w Centrum Edukacji Ekologicznej w Ełku przy ul. Parkowej 12.
2. Szatnia i przechowalnia będzie przyjmowała do depozytu rzeczy osobiste zawodników zapakowane do worków (dostarczonych przez organizatora

przy weryfikacji). Szatnia i przechowalnia będzie czynna od godz. 8:00 do godz. 13:00. Wydawanie worków z depozytu będzie odbywało się za okazaniem numeru startowego. Zagubienie numeru startowego przez zawodnika zwalnia organizatora od odpowiedzialności za pobranie worka przez inną osobę.

KLASYFIKACJA

W Biegu 5-10-15 prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w biegu na 5 km – nagrody rzeczowe otrzymają 3 pierwsze kobiety i 3 pierwszych mężczyzn
- klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w biegu na 10 km – nagrody rzeczowe otrzymają 3 pierwsze kobiety i 3 pierwszych mężczyzn
- klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn w biegu na 15 km – nagrody rzeczowe otrzymają 3 pierwsze kobiety i 3 pierwszych mężczyzn

NAGRODY

1. Każdy z zawodników, który ukończy bieg w regulaminowym czasie otrzyma pamiątkowy medal.
2. Zwycięzcy w klasyfikacjach generalnych (pozycje 1-3) otrzymają puchary, nagrody rzeczowe od sponsorów biegu.
3. Po zakończeniu biegu odbędzie się losowanie drobnych nagród wśród wszystkich uczestników.

ŻYWIENIE

Po ukończeniu biegu na mecie zawodnicy otrzymają napoje oraz posiłek regeneracyjny.

FINANSOWANIE

Koszty organizacji Biegu 5-10-15 pokrywają:

- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Ełku
- Urząd Miasta Ełk

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszyscy uczestnicy biorą udział w Biegu 5-10-15 startują na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
2. Organizatorzy zastrzegają sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązani są poinformować wszystkich uczestników przed rozpoczęciem imprezy.

3. Ewentualne sprawy sporne wynikające z niniejszego regulaminu rozpatrywać będzie zespół odwoławczy powołany przez organizatora zawodów.
4. Uczestnicy imprezy zobowiązują się do przestrzegania zasad higieny wprowadzonych ze względu na stan epidemii.