

REGULAMIN

10. PKO Bieg Niepodległości na 10km - 11.11.2022r.

1. Cel imprezy:

Propagowanie aktywnego stylu życia

Promocja biegania w Rzeszowie i na Podkarpaciu

2. Organizatorzy:

Stowarzyszenie „Rzeszów Biega”

3. Partnerzy:

Urząd Miasta Rzeszowa

PKO Bank Polski

4. Termin i miejsce:

11.11.2022r. Rzeszów

Start i meta: Rzeszowski Rynek

5. Program zawodów:

Godzina 11:11 bieg główny na dystansie 10000m z oddzielną klasyfikacją wg kategorii:

K.M. – 16 (16-19 lat)

K.M. – 20 (20-29 lat)

K.M. – 30 (30-39 lat)

K.M. – 40 (40-49 lat)

K.M. – 50 (50-59 lat)

K.M. – 60 (60 i starsi)

Klasyfikacja - najlepszy rzeszowianin i rzeszowianka

Klasyfikacja najlepszy Polak/Polka

6. Warunki uczestnictwa:

- Zawodnicy startują wyłącznie na własną odpowiedzialność.
- Organizator nie odpowiada za zły stan zdrowia lub ukryte choroby.
- Zgłoszenia do biegu głównego na formularzu elektronicznym do 5 listopada, po wpłaceniu wpisowego.
- Zawodnicy wyrażają zgodę na poddanie się wszelkim zasadom bezpieczeństwa oraz rygorom sanitarnym panującym w danym dniu.
- Kwota wpisowego:

60zł do dnia 31 lipca 2022r,

70zł do dnia 31 sierpnia 2022r,

80zł do dnia 30 września 2022r,

90zł do dnia 5 listopada 2022r,

110zł w biurze zawodów (jeśli będą dostępne pakiety startowe).

Dla chętnych zawodników jest możliwość graweru na medalu w wysokości 20 zł

- **Limit 1500 osób.**
- **Jeśli w terminie 11.11.2022 r. nie będzie można organizować imprez biegowych w Polsce to wszystkie opłaty zostaną przeniesione na 2023r.!!!**
- **Nie ma możliwości zwrotu opłaty startowej!**
- **O kolejności zgłoszenia decyduje wpłata.**

- **W dniu zawodów ilość pakietów ograniczona.**

- Prawo startu mają osoby, który wypełniły formularz zgłoszeniowy na stronie www.runrzeszow.pl oraz wpłaciły wpisowe i ukończyły 16 lat do 11.11.2022r.
- Osoby niepełnoletnie startują za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych i kserem dowodu osobistego opiekuna.
- O kolejności zgłoszenia decyduje wpłata.
- Dla osób zgłaszających się drogą elektroniczną organizator zapewnia pakiet startowy.
- Opłata startowa nie podlega zwrotowi.
- Pakiet startowy obejmuje: koszulkę, numer startowy, czip.
- Na mecie każdy uczestnik biegu głównego otrzyma medal okolicznościowy.

- **W biegu głównym każdy ma obowiązek wystartować w koszulce otrzymanej od organizatora (białej lub czerwonej), z numerkiem startowym oraz przydzielonym chipem.**
- Uczestnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość obrażeń ciała i urazów fizycznych, w tym śmierci.
- Przekazanie organizatorowi podpisanej karty zgłoszenia oznacza, że uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w imprezie oraz dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko startując w biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.
- Pobranie numeru startowego przez zawodnika oznacza, że zawodnik zapoznał się z regulaminem biegu, akceptuje go i zobowiązuje się do jego przestrzegania.
- Zgłoszenia i wydawanie pakietów startowych w dniach: 10.11. od godz. 15:00 - 18:00, w dniu biegu 11.11. od 7:30 - 10:30.
-

7. Dodatkowe informacje:

- Organizatorzy przewidują elektroniczny pomiar czasu.
- Trasa biegu będzie oznaczona co 1 km i posiada atest PZLA.
- Organizator zapewnia punkty odżywcze na trasie biegu.
- Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy wartościowe i za rzeczy zgubione.
- Organizator zapewnia depozyt.
- Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w regulaminie.
- Organizator nie ubezpiecza zawodników.
- Organizator zapewnia wybrany rozmiar koszulki osobom, które w terminie do 10 października będą znajdowały się na liście zawodników opłaconych.
- **Każdy uczestnik jest zobowiązany wystartować w koszulce dostarczonej przez organizatora w celu utworzenia flagi biało-czerwonej na starcie.**
- **Możliwość zamiany zawodnika tylko do 20 października.**
- Odbiór pakietów startowych z dowodem tożsamości lub oświadczeniem podpisanym przez osobę startującą oraz ksero jej dowodu osobistego.
- Limit czasowy w biegu głównym to 75 min.
- Po zakończeniu zawodów nie ma możliwości odebrania pakietów startowych.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
- Organizator zastrzega sobie prawo zmiany w regulaminie.

8. Nagrody:

Nagrody finansowe lub rzeczowe w kategorii OPEN dla kobiet i mężczyzn:

Miejsce I – 800 zł

Miejsce II – 700 zł

Miejsce III – 600 zł

Miejsce IV – 500 zł

Miejsce V – 400 zł

Nagrody finansowe lub rzeczowe w kategorii Polak/Polka

Miejsce I – 800 zł

Miejsce II – 700 zł

Miejsce III – 600 zł

W każdej kategorii wiekowej zostaną nagrodzone trzy pierwsze miejsca z wyłączeniem pierwszych pięciu zawodników i zawodniczek, którzy zostali sklasyfikowani w biegu OPEN.

W kategoriach wiekowych (dla kobiet i mężczyzn) nagrody finansowe lub rzeczowe

o wartości:

Miejsce I – 200zł

Miejsce II – 150zł

Miejsce III – 100zł

Po dekoracji wśród uczestników biegu zostaną rozlosowane nagrody rzeczowe!!!