



**Lasy Państwowe**

**REGULAMIN  
BIEGU KURHANOWA '5 W SIEMIROWICACH  
-BIEGIEM ZA KAMIENNYMI OPOWIEŚCIAMI SIEMIROWIC-**

**Siemirowice, 24 sierpnia 2024r.**

**1. CEL IMPREZY**

- a) Popularyzacja i upowszechnianie biegania, jako najprostszej formy aktywności ruchowej i prozdrowotnej.
- b) Integracja poprzez rekreację mieszkańców Gminy Cewice.
- c) Promocja miejscowości Siemirowice oraz Gminy Cewice.
- d) Zaproszenie do odkrywania lokalnych atrakcji, poznawania miejsca gdzie mieszkamy, zagłębienia się w historię regionu.

**2. ORGANIZATOR**

Organizatorem imprezy biegowej jest **Zarząd Osiedla Na Skarpie w Siemirowicach** przy współpracy z **Nadleśnictwem w Cewicach**.

**3. TERMIN i MIEJSCE IMPREZY**

Bieg wraz z cyklem imprez towarzyszących odbędą się w sobotę dnia 24.08.2024r na terenie boiska graniczącego z terenem Rodzinnego Ogrodu Działkowego w Siemirowicach.

W godzinach od 13:00-14:00 odbędzie się bieg główny, bieg dzieci oraz bieg przedszkolaka.

**4. TRASA BIEGU**

- a) Start i meta zawodów usytuowana będzie pomiędzy boiskiem trawiastym a terenem ROD w Siemirowicach.
- b) Trasa biegu głównego znajduje się w 90% na traktach leśnych o podłożu piaszczystym z pięknym widokiem na częściowo odkryte cmentarzysko kurhanowe
- c) Trasa biegu dla dzieci znajduje się na wyznaczonym odcinku szutrowym przy boisku trawiastym- dystans ok 1000 m.
- d) Bieg przedszkolaka- start jak biegi powyżej. Dystans ok 100 m.
- e) Organizator zapewnia oznaczenie trasy leśnej biegu głównego co km.



## **5. ZAPISY-KARTY ZGŁOSZEŃ**

### **1. Indywidualne zapisy do biegu dokonać można :**

- a) indywidualnie do dnia zawodów, po wcześniejszym kontakcie telefonicznym z osobą upoważnioną do przeprowadzenia zapisów.
- b) ilość osób mogących wziąć udział w biegach jest ograniczona. Bieg dzieci oraz bieg główny łącznie 100 osób. Decyduje kolejność zapisów.
- c) bieg przedszkolaka- bez opłaty, limit 20 dzieci.
- d) zapisy zostaną zakończone po wyczerpaniu puli miejsc.
- e) organizator dopuszcza zapisy w dniu biegu, jeżeli zostaną wolne miejsca. Zapisy te zostaną przeprowadzone w biurze zawodów, usytuowanym na boisku trawiastym od godz. 11:00 do godz. 12:00
- f) w celu usprawnienia zapisów indywidualnych w załączniku regulaminu podajemy wzór karty zgłoszeniowej, którą będą podpisywać Państwo w chwili odebrania pakietu startowego: załącznik nr 1, nr 2, nr 3, nr 4.
- g) wpisowe zostanie pobrane w momencie zapisu uczestnika biegu. Na miejscu w dniu zawodów lub przez blik na telefon (podając imię, nazwisko i określenie czy bieg główny czy bieg dzieci) do osoby upoważnionej do zapisów.
- h) numery startowe zostaną wydane w biurze zawodów od godz. 11:00 w dniu biegu.
- i) brak udziału w biegu nie powoduje zwrotu kosztów wpisowego.
- j) uczestnicy imprezy wyrażają zgodę na rozpowszechnianie wizerunku w celach związanych z promocją miejscowości Siemiowice oraz Gminy Cewice.
- k) zapisy przyjmuje Anna Sobocińska- Witowska, tel. 798 120 540

## **6. WARUNKI UCZESTNICTWA**

- a) W imprezie mogą wziąć udział wszyscy sympatycy biegania nie mający przeciwwskazań lekarskich do udziału w dyscyplinach sportowych typu wytrzymałościowego, którzy zgłosili swój udział w zawodach.
- b) Zawodnicy startują w biegu na własną odpowiedzialność, w obrębie której rozumiemy ewentualne zaistniałe kontuzje i ewentualne urazy zdrowotne podczas rywalizacji sportowej.
- c) W sytuacji startów dzieci, opiekę nad zawodnikami zapewniają ich rodzice bądź opiekunowie.
- d) Organizator nie zapewnia monitorowanej szatni, nie bierze więc odpowiedzialności za zaginioną odzież oraz inne przedmioty osobiste uczestników.
- e) Przystąpienie zawodnika do rywalizacji jest jednoznaczne z zaakceptowaniem powyższych punktów i wyłączeniem od odpowiedzialności cywilnej organizatorów za ewentualne szkody wszelkiego rodzaju.



## 7. OPŁATY STARTOWE

- a) W biegu głównym na 5000 m przewidziano opłatę startową w wysokości 20,00 zł w całości przeznaczoną na zasilenie organizacji zawodów.
- b) W biegu dzieci na 1000 m przewidziano opłatę startową w wysokości 20,00 zł w całości przeznaczoną na zasilenie organizacji zawodów.
- c) Bieg przedszkolaka nie wymaga opłat. Medale pamiątkowe dla maluchów zostaną przygotowane ze specjalnego naturalnego surowca. Będzie to nagroda z Nadleśnictwa Cewice. Nasz partner strategiczny zobowiązuje się również do wręczenia drobiazgów z logo Lasów Państwowych.

## 8. BIEGI- ICH DYSTANSE

W ramach imprezy rozegrane zostaną następujące biegi:

- a) **Bieg główny- DYSTANS 5000 m- start o godzinie 13:10** (bieg kobiet i mężczyzn od 18 roku życia wzwyż).
- b) **Bieg dzieci - DYSTANS 1000 m- start o godzinie 13:00** (bieg dziewcząt i chłopców w wieku od 7 lat do 17 lat).
- c) **Bieg przedszkolaka – DYSTANS OKOŁO 100 m- start o godzinie 13:15** (bieg dzieci w wieku do 6 lat).

\* Wszyscy uczestnicy biegu głównego i biegu dzieci oczekiwani będą na mecie bez wyznaczonego granicznego limitu czasowego.

\* W związku z nieprzewidywanymi okolicznościami starty biegów mogą ulec przesunięciu czasowemu o kilka minut.

\* Dla uczestników biegu dzieci, zawodników biegu głównego organizator przewidział ciepły posiłek, wodę, numery startowe.

\* Dzięki współpracy z Nadleśnictwem Cewice do pakietów startowych zostaną dołączone zestawy gadżetów z logo Lasów Państwowych.

## 9. NAGRODY I WYRÓŻNIENIA

- a) Organizator przygotował medale.
- b) Pamiątkowe medale wręczane będą wszystkim uczestnikom zawodów, którzy ukończą bieg.
- c) W biegu głównym przewidziano statuetki i nagrody za zajęcie:  
I, II i III miejsca w kategorii open kobiet  
I, II i III miejsca w kategorii open mężczyzn.
- d) **Ceremonię wręczenia nagród zwycięzcom przewidziano na godzinę 14:30.**
- e) Po ceremonii dekoracji odbędzie się losowanie nagród spośród zapisanych numerów startowych.

## 10. INNE POSTANOWIENIA

- a) Zawody odbędą się bez względu na ewentualnie zaistniałe niekorzystne warunki atmosferyczne.
- b) Organizator zapewnia punkt medyczny.
- c) W sytuacjach szczególnych organizator zastrzega sobie zmiany regulaminowe i ostateczny decydujący głos w sprawach spornych.

***Ewentualne pytania proszę kierować do koordynatora biegów  
Anna Sobocińska-Witowska 798120540.***