

# GRILL + RUN = FUN 2018

Zawody odbywają się w ramach projektu „5x30 w powiecie rybnickim” dofinansowanego ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki w ramach programu „Sport dla Wszystkich” oraz środków Urzędu Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny.

## Regulamin

### ULTRAMARATONU 8h „SZYCHTA NA GICHCIE”

#### 1.CEL IMPREZY

- Popularyzacja biegania jako formy aktywnego trybu życia.
- Promocja terenów Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny
- Promocja Stowarzyszenia LUXTORPEDA
- Dobra zabawa każdego uczestnika

#### 2.ORGANIZATOR

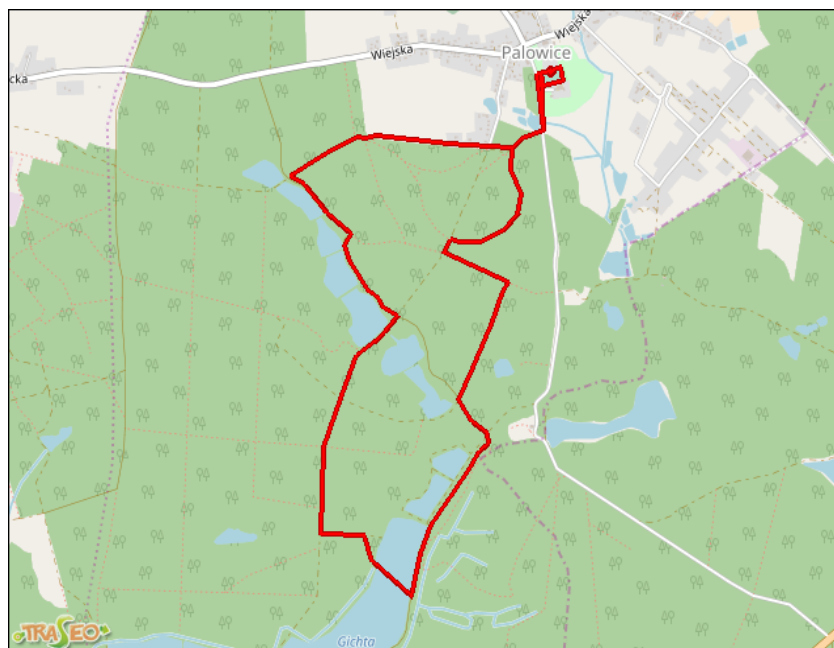
- Stowarzyszenie LUXTORPEDA
- Rada Sołecka Palowice
- MOSiR Czerwionka-Leszczyny

#### 3.TERMIN I MIEJSCE

7 lipiec 2018 r. godz.9:00

Boisko Orła Palowice Palowice ul. Dębowa 14.

#### 4.TRASA



- trasa Ultramaratonu 8h „Szycha na Gichcie” prowadzi po pętli o długości ok. 7,5 km, w zdecydowanej większości drogami i ścieżkami leśnymi Pojezierza Palowickiego.
- pokonanie pętli jest możliwe tylko w kierunku wyznaczonym przez Organizatora; zmiana kierunku, skrócenie trasy lub bieg poza oznaczonymi ścieżkami skutkować będzie dyskwalifikacją Zawodnika
- trasa będzie oznaczona na całej długości za pomocą zawieszonych taśm i strzałek kierunkowych w newralgicznych punktach
- przewidziany jest jeden punkt nawadniania i odświeżania, który będzie zlokalizowany w okolicach punktu start/meta.
- bieg będzie odbywać się przy ograniczonym ruchu drogowym. Każdy z zawodników zobowiązany jest do zachowania ostrożności (szczególnie na odcinku pomiędzy Bazą Zawodów a zbiegiem do lasu) i przestrzegania zasad ruchu drogowego

## **5. PROGRAM**

7:15 – otwarcie biura zawodów, weryfikacja zawodników

8:45 – odprawa techniczna

9:00 – start biegu

13:30 – zamknięcie biura zawodów

14:00 – start ostatniego zawodnika

17:00 – zakończenie biegu.

18:00 – dekoracje.

## **6. ZASADY ROZGRYWANIA BIEGU**

- bieg ma charakter biegu 8-mio godzinowego, którego start wyznacza się na godzinę 9:00, a metę na godzinę 17:00.
- pomiar czasu odbędzie się za pomocą zwrotnych chipów mocowanych do buta
- organizator umożliwi włączenie się do biegu w dowolnym momencie trwania biegu, nie później jednak niż o godz. 14:00.
- po każdej pętli zawodnik może zatrzymać się w Bazie Zawodów i spędzić w niej dowolną ilość czasu przed rozpoczęciem kolejnego okrążenia
- aby zostać sklasyfikowanym Zawodnik musi ukończyć przynajmniej jedną pętlę
- zwycięzcą zawodów jest zawodnik, który pokona największą ilość pętli w najkrótszym czasie. Do klasyfikacji końcowej liczyć będzie się ostatni odczyt na linii START-META. Oznacza to, że nie będzie tzw. domiaru a w gestii zawodnika organizator pozostawia ocenę przed wbiegnięciem na ostatnią pętlę czy jest w stanie ją ukończyć przed godz. 17:00.

## **7. LIMIT UCZESTNIKÓW**

- 200 osób.

## 8. WARUNKI UCZESTNICTWA

- prawo startu w Zawodach mają osoby, które do dnia 7 lipca 2018 roku ukończą 18 lat
- każdy zawodnik musi przed startem zostać zweryfikowany w Biurze Zawodów
- podczas weryfikacji zawodnik musi posiadać dokument potwierdzający tożsamość
- podczas weryfikacji zawodnik musi przedstawić aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach lub własnoręcznie złożyć podpis pod oświadczeniem o udziale w biegu na własną odpowiedzialność.

Podpisując oświadczenie wyraża tym samym zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport poszkodowanego w bezpieczne miejsce przez personel medyczny i paramedyczny działający w imieniu organizatora. Zawodnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych, a także szkód i strat o charakterze majątkowym

- każdy zawodnik oświadcza, iż w przyszłości nie będzie sobie rościć prawa do dochodzenia odszkodowania od Organizatora w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu czy poniesienia strat materialnych związanych z uczestnictwem w Zawodach. Przed startem, podczas obowiązkowej odprawy, zawodnicy zostaną poinformowani o możliwych niebezpieczeństwach, utrudnieniach i miejscach niebezpiecznych na trasie
- po zakończonej weryfikacji każdy zawodnik otrzyma bezzwrotny numer startowy który musi być widoczny przez cały czas trwania biegu wraz ze zwrotnym chipem pomiarowym
- zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu zawodów, obowiązujących przepisów, zarządzeń Organizatora oraz służb porządkowych
- zawodnicy są zobowiązani do udzielenia pomocy innym uczestnikom na trasie w przypadku kontuzji lub innego zdarzenia narażającego życie lub zdrowie
- Organizator zastrzega sobie prawo do niedopuszczenia do startu lub bezwarunkowej dyskwalifikacji w trakcie trwania Zawodów zawodnika będącego pod wpływem alkoholu, narkotyków i innych środków odurzających, bądź będącego w stanie wskazującym na spożycie w/w środków. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody wyrządzone na zdrowiu zawodnika znajdującego się pod wpływem w/w środków.

## 9. ZGŁOSZENIA

- za poprawne zgłoszenie uważa się czytelne wypełnienie formularza umieszczonego na portalu DataSport: <https://online.datasport.pl/zapisy/portal/form/?zawody=3961> oraz uiszczenie opłaty startowej. Link będzie również dostępny na stronie internetowej <http://gbluxtorpeda.org>
- zapisy internetowe trwają w terminie od 10.05.2018 do 29.06.2018 roku lub wyczerpania limitu miejsc
- za termin wpłaty uważa się datę zaksięgowania szybkiej płatności DataSport
- o miejscu na liście startowej decyduje kolejność wpłat
- opłata startowa nie podlega zwrotowi
- w uzasadnionych przypadkach istnieje możliwość przeniesienia opłaty startowej na inną osobę, ale tylko w okresie trwania zapisów czyli do dnia 29.06.2018r. Po tym terminie przeniesienie opłaty na inną osobę nie będzie możliwe.
- Dane osobowe zawodników dokonujących rejestracji przetwarzane są zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. 2002 r. Nr 101 poz. 926, ze zm.). Przekazanie danych osobowych zawodników i wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w Wydarzeniu.

## **10. OPŁATA STARTOWA**

Opłata startowa wynosi 30zł. i obowiązuje przez cały okres trwania zapisów. W przypadku, gdy limit miejsc nie zostanie wyczerpany, możliwe będą zapisy w dniu biegu do obowiązującego limitu 200 osób. W tym przypadku opłata wynosić będzie 50zł.

Opłaty należy dokonywać poprzez system szybkich płatności portalu DataSport.

## **11. ŚWIADCZENIA**

W ramach wniesionej opłaty Organizator zapewnia zawodnikom:

- oryginalny numer startowy
- opaski elastyczne dokumentujące każde przebiegnięte okrążenie
- oznakowaną trasę
- elektroniczny pomiar czasu za pomocą zwrotnych chipów
- zimne napoje, wyżywienie (trzy rodzaje słodczyce, owoce)
- pamiątkowy medal
- zabezpieczenie medyczne na trasie i w Bazie Zawodów
- depozyt
- toalety i natryski w Bazie Zawodów
- każdy z zawodników, którzy pokonają co najmniej sześć pętli otrzyma na swój adres e-mail podany przy rejestracji dyplom do samodzielnego wydrukowania, który zawierać będzie przebiegnięty przez niego dystans.

## **12. KLASYFIKACJE I NAGRODY**

W Ultramaratonie 8h „Szychta na Gichcie” prowadzone będą klasyfikacje OPEN w kategorii mężczyzn i kobiet. Dla pierwszych trzech osób w każdej z tej klasyfikacji przewidziane są nagrody.

## **13. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- zawody odbędą się bez względu na pogodę
- zawodnicy ponoszą pełną odpowiedzialność za przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas trwania Zawodów
- nieprzestrzeganie niniejszego Regulaminu Zawodów grozi dyskwalifikacją zawodnika (w przypadku dyskwalifikacji zawodnikowi nie przysługuje zwrot wpisowego)
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu wynikające z winy uczestników
- każdy zawodnik schodzący z trasy zobowiązany jest do niezwłocznego powiadomienia Organizatora
- ze względów bezpieczeństwa Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany godziny startu lub przerwania zawodów w przypadku wystąpienia warunków narażających życie lub zdrowie zawodników, wolontariuszy lub członków ekipy Organizatora bez możliwości zwrotu opłaty startowej
- uczestnicy Ultramaratonu 8h „Szychta na Gichcie” równoległe z przystąpieniem do biegu wyrażają zgodę na publikację wizerunku w relacjach z biegu zamieszczonych na stronie organizatorów i współorganizatorów, w mediach oraz materiałach promocyjnych biegu
- zawodników na czas startu w Zawodach obowiązuje zachowanie szczególnej troski o przyrodę, w szczególności zaśmiecania trasy biegu. Wszelkie opakowania po żelach, batonach, itp. należy zabierać ze sobą i wyrzucać tylko w Bazie Zawodów
- ostateczna interpretacja Regulaminu Zawodów należy wyłącznie do Organizatora.

# Regulamin

## Marszu Nordic Walking

### 1.CEL IMPREZY

- Popularyzacja Nordic Walking jako formy aktywnego trybu życia.
- Promocja terenów Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny
- Promocja Stowarzyszenia LUXTORPEDA
- Dobra zabawa każdego uczestnika

### 2.ORGANIZATOR

- Stowarzyszenie LUXTORPEDA
- Rada Sołecka Palowice
- MOSiR Czerwionka-Leszczyny

### 3.TERMIN I MIEJSCE

7 lipiec 2018 r. godz.15:00

Boisko Orła Palowice Palowice ul. Dębowa 14.

### 4.TRASA



- trasa marszu nordic walking prowadzi po pętli o długości ok. 7,5 km, w zdecydowanej większości drogami i ścieżkami leśnymi Pojezierza Palowickiego.

- pokonanie pętli jest możliwe tylko w kierunku wyznaczonym przez Organizatora; zmiana kierunku, skrócenie trasy lub bieg poza oznaczonymi ścieżkami skutkować będzie dyskwalifikacją Zawodnika
- trasa będzie oznaczona na całej długości za pomocą zawieszonych taśm i strzałek kierunkowych w newralgicznych punktach
- bieg będzie odbywać się przy ograniczonym ruchu drogowym. Każdy z zawodników zobowiązany jest do zachowania ostrożności (szczególnie na odcinku pomiędzy Bazą Zawodów a zbiegiem do lasu) i przestrzegania zasad ruchu drogowego

## **5. PROGRAM**

12:00 – otwarcie biura zawodów, weryfikacja zawodników

14:30 – zamknięcie biura zawodów

15:00 – start marszu

18:00 – dekoracje.

## **6. LIMIT UCZESTNIKÓW**

- 100 osób.

## **7. WARUNKI UCZESTNICTWA**

- prawo startu w Zawodach mają osoby, które do dnia 7 lipca 2018 roku ukończą 18 lat
- każdy zawodnik musi przed startem zostać zweryfikowany w Biurze Zawodów
- podczas weryfikacji zawodnik musi posiadać dokument potwierdzający tożsamość
- podczas weryfikacji zawodnik musi przedstawić aktualne zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach lub własnoręcznie złożyć podpis pod oświadczeniem o udziale w biegu na własną odpowiedzialność.

Podpisując oświadczenie wyraża tym samym zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport poszkodowanego w bezpieczne miejsce przez personel medyczny i paramedyczny działający w imieniu organizatora. Zawodnik przyjmuje do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko wypadku, odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych, a także szkód i strat o charakterze majątkowym

- każdy zawodnik oświadcza, iż w przyszłości nie będzie sobie rościć prawa do dochodzenia odszkodowania od Organizatora w razie poniesienia uszczerbku na zdrowiu czy poniesienia strat materialnych związanych z uczestnictwem w Zawodach. Przed startem, podczas obowiązkowej odprawy, zawodnicy zostaną poinformowani o możliwych niebezpieczeństwach, utrudnieniach i miejscach niebezpiecznych na trasie
- po zakończonej weryfikacji każdy zawodnik otrzyma bezzwrotny numer startowy który musi być widoczny przez cały czas trwania biegu wraz ze zwrotnym chipem pomiarowym
- zawodnicy muszą przestrzegać regulaminu zawodów, obowiązujących przepisów, zarządzeń Organizatora oraz służb porządkowych
- zawodnicy są zobowiązani do udzielenia pomocy innym uczestnikom na trasie w przypadku kontuzji lub innego zdarzenia narażającego życie lub zdrowie
- Organizator zastrzega sobie prawo do niedopuszczenia do startu lub bezwarunkowej dyskwalifikacji w trakcie trwania Zawodów zawodnika będącego pod wpływem alkoholu, narkotyków i innych środków od-

rzających, bądź będącego w stanie wskazującym na spożycie w/w środków. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za szkody wyrządzone na zdrowiu zawodnika znajdującego się pod wpływem w/w środków.

## **8. ZGŁOSZENIA**

- za poprawne zgłoszenie uważa się czytelne wypełnienie formularza umieszczonego na portalu DataSport: <https://online.datasport.pl/zapisy/portal/form/?zawody=3961> oraz uiszczenie w terminie opłaty startowej. Link będzie również dostępny na stronie internetowej [www.gbluxtorpeda.org](http://www.gbluxtorpeda.org)
- zapisy internetowe trwają w terminie od 10.05.2018 do 29.06.2018 roku lub wyczerpania limitu miejsc
- za termin wpłaty uważa się datę zaksięgowania szybkiej płatności DataSport
- o miejscu na liście startowej decyduje kolejność wpłat
- opłata startowa nie podlega zwrotowi
- w uzasadnionych przypadkach istnieje możliwość przeniesienia opłaty startowej na inną osobę, ale tylko w okresie trwania zapisów czyli do dnia 29.06.2018r. Po tym terminie przeniesienie opłaty na inną osobę nie będzie możliwe.
- Dane osobowe zawodników dokonujących rejestracji przetwarzane są zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. 2002 r. Nr 101 poz. 926, ze zm.). Przekazanie danych osobowych zawodników i wyrażenie zgody na ich przetwarzanie jest dobrowolne, jednakże stanowi warunek uczestnictwa w Wydarzeniu.

## **9. OPŁATA STARTOWA**

Opłata startowa wynosi 25zł i obowiązuje przez cały okres trwania zapisów. W przypadku, gdy limit miejsc nie zostanie wyczerpany, możliwe będą zapisy w dniu biegu do obowiązującego limitu 100 osób. W tym przypadku opłata wynosić będzie 40zł.

Opłaty należy dokonywać poprzez system szybkich płatności portalu DataSport

## **10. ŚWIADCZENIA**

W ramach wniesionej opłaty Organizator zapewnia zawodnikom:

- oryginalny numer startowy
- oznakowaną trasę
- elektroniczny pomiar czasu za pomocą zwrotnych chipów
- pamiątkowy medal
- zabezpieczenie medyczne na trasie i w Bazie Zawodów
- depozyt
- toalety i natryski w Bazie Zawodów

## **11. KLASYFIKACJE I NAGRODY**

W marszu nordic walking prowadzone będą klasyfikacje OPEN w kategorii mężczyzn i kobiet. Dla pierwszych trzech osób w każdej z tej klasyfikacji przewidziane są nagrody.

Przewidziana jest również klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn, mieszkańców Powiatu Rybnickiego.

## **12. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- zawody odbędą się bez względu na pogodę
- zawodnicy ponoszą pełną odpowiedzialność za przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas trwania Zawodów
- nieprzestrzeganie niniejszego Regulaminu Zawodów grozi dyskwalifikacją

zawodnika (w przypadku dyskwalifikacji zawodnikowi nie przysługuje zwrot wpisowego)

- organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu wynikające z winy uczestników

- każdy zawodnik schodzący z trasy zobowiązany jest do niezwłocznego powiadomienia Organizatora

- ze

względów bezpieczeństwa Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany godziny startu lub przerwania zawodów w przypadku wystąpienia warunków narażających życie lub zdrowie zawodników, wolontariuszy lub członków ekipy Organizatora bez możliwości zwrotu opłaty startowej

- uczestnicy marszu nordic walking równoległe z przystąpieniem do marszu wyrażają zgodę na publikację wizerunku w relacjach z biegu zamieszczonych na stronie organizatorów i współorganizatorów, w mediach oraz materiałach promocyjnych biegu

- zawodników na czas startu w Zawodach obowiązuje zachowanie szczególnej troski o przyrodę, w szczególności zaśmiecania trasy biegu. Wszelkie opakowania po żelach, batonach, itp. należy zabierać ze sobą i wyrzucać tylko w Bazie Zawodów

- ostateczna interpretacja Regulaminu Zawodów należy wyłącznie do Organizatora.



# **Regulamin**

## **Biegów Dzieci**

### **1. CEL IMPREZY**

- Popularyzacja biegania jako formy aktywnego trybu życia wśród najmłodszych
- Promocja terenów Gminy i Miasta Czerwionka-Leszczyny
- Promocja Stowarzyszenia LUXTORPEDA
- Dobra zabawa każdego uczestnika

### **2. ORGANIZATOR**

- Stowarzyszenie LUXTORPEDA
- Rada Sołecka Palowice
- MOSiR Czerwionka-Leszczyny

### **3. TERMIN I MIEJSCE**

7 lipiec 2018 r. godz.15:10

Boisko Orła Palowice Palowice ul. Dębowa 14.

### **4. TRASA**

Biegi rozgrywane będą wokół boiska Orła Palowice na następujących dystansach:

- 2013 i młodsi - 100m
- 2011-2012 - 250m (1 okrążenie)
- 2008-2010 - 500m (2 okrążenia)
- 2005-2007 - 750m (3 okrążenia)
- 2002-2004 - 1000m (4okrążenia)

### **5. PROGRAM**

13:00 – otwarcie biura zawodów, weryfikacja zawodników

14:30 – zamknięcie biura zawodów

15:10 – rozpoczęcie biegów

18:00 – dekoracje.

### **6. LIMIT UCZESTNIKÓW**

- 200 osób.

### **7. WARUNKI UCZESTNICTWA**

W biegach dziecięcych udział biorą zawodnicy zgodnie z rocznikiem przypisanym przez organizatora do odpowiedniej kategorii. Uczestnictwo dzieci odbywać się będzie za zgodą rodziców (opiekunów prawnych) i wyłącznie na ich odpowiedzialność. Weryfikacja i podpisanie oświadczeń odbywać się będzie w biurze za-

wodów w dniu biegu. Wymagana jest osobista obecność prawnego opiekuna w celu podpisania oświadczenia.

## **8. ZGŁOSZENIA**

Zgłoszenia do biegów dzieci odbywać się będą tylko i wyłącznie w dniu zawodów, w godzinach pracy biura zawodów (13:00 – 14:30)

## **9. OPŁATA STARTOWA**

**Udział w biegach dzieci jest całkowicie bezpłatny!!!**

## **10. KLASYFIKACJE**

W biegach dzieci prowadzone będą klasyfikacje generalne dziewcząt i chłopców na każdym dystansie.