

REGULAMIN

‘1 BIEG GODZINNY’ - Łomża, 28 września 2014 r.



I. ORGANIZATOR

1. Organizatorem biegu jest - **Ludowy Łomżyński Klub Sportowy ‘PREFBET ŚNIADOWO’ Łomża**
2. Bieg odbywa się pod patronatem Prezydenta Łomży, Mieczysława Czerniawskiego.

II. WSPÓŁORGANIZATORZY

1. Urząd Miasta Łomża
2. Urząd Marszałkowski Województwa Podlaskiego
3. Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łomży
4. Międzyszkolny Klub Sportowy - Juwenia Białystok
5. Przedsiębiorstwo Produkcji Betonów PREFBET Śniadowo

6. Stowarzyszenie Wspierania Edukacji i Rynku Pracy w Łomży

III. CEL

- Promowanie biegania jako najprostszej formy ruchu, zdrowego trybu życia i aktywnej formy spędzania wolnego czasu.

IV. TERMIN I MIEJSCE

1. 'I Bieg Godzinny' odbędzie się w niedzielę, 28 września 2014 r. o godz. 11.00 na Stadionie Miejskim w Łomży, ul. Zjazd 17.

V. UCZESTNICTWO

1. Udział w 'XV Biegu Godzinnym' przysługuje osobom, które ukończyły 16 rok życia.

2. Udział w biegach towarzyszących przysługuje odpowiednio:

- 'Bieg Sześciominutowy' – dzieciom ze szkół podstawowych
- 'Test Coopera' – młodzieży gimnazjalnej

3. Ustalony przez Organizatora limit uczestników w 'XV Biegu Godzinnym' wynosi :

- Dla kobiet: 50 miejsc
- Dla mężczyzn: 60 miejsc
- Dla uczestników 'Testu Coopera' i 'Biegu Sześciominutowego': łącznie 50 miejsc

VI. ZGŁOSZENIA

Zgłoszeń można dokonywać:

1) Poprzez system rejestracji dostępny na portalu Elektroniczne Zapisy

www.elektronicznezapisy.pl

2) Bezpośrednio w dniu biegu w Biurze Zawodów w godz. 9.00 - 10.30.

VII. OPŁATY

1. Każdy uczestnik 'XV Biegu Godzinnego' ponosi koszt opłaty startowej. (Udział w biegach towarzyszących: 'Teście Coopera' i 'Biegu Sześciominutowym' jest bezpłatny).

Wysokość opłaty startowej wynosi:

- **15,00 zł** - do dnia 24 września 2014 r.
- **25,00 zł** - w dniu zawodów, 28 września 2014 r.

2. Opłatę można wносить:

- **Przelewem**

'Prefbet Śniadowo'

nr konta: 51 1500 1533 1215 3004 7348 0000

W tytule przelewu bankowego należy wpisać: Bieg Godzinny 2014 oraz imię i nazwisko uczestnika.

- **Gotówkowo**

W dniu biegu w Biurze Zawodów w godz. 9.00 - 10.30.

VIII. KLASYFIKACJE

1) Każdy uczestnik kończący bieg będzie klasyfikowany na mecie wg pokonanego dystansu.

2) Wyniki zostaną przedstawione w komunikacie końcowym i zamieszczone na:

- stronie internetowej klubu - LŁKS Prefbet Śniadowo Łomża
www.prefbetsniadowo.pl
- portalu Maratony Polskie
www.maratonypolskie.pl

3) Podczas biegów prowadzona będzie klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.

IX. NAGRODY

1) Dla trójki najlepszych klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn przewiduje się:

I miejsce - nagrody rzeczowe o łącznej wartości: 400,00 zł

II miejsce - nagrody rzeczowe o łącznej wartości: 300,00 zł

III miejsce - nagrody rzeczowe o łącznej wartości: 200,00 zł

2) Za ustanowienie rekordu województwa w Biegu Godzinnym dla mieszkańców województwa podlaskiego przewidziane są dodatkowo nagrody rzeczowe (wysokość nagród uzależniona jest od hojności sponsorów).

3) Dla trójki najlepszych zawodników klasyfikacji generalnej dziewcząt i chłopców w 'Teście Coopera' i w 'Biegu Sześciominutowym' przewiduje się:

I miejsce - puchar i upominek

II miejsce - upominek

III miejsce - upominek

X. INFORMACJE DODATKOWE

Dla wszystkich uczestników przewidziany jest po biegu ciepły posiłek regeneracyjny.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej wobec Uczestników Biegu. Jednocześnie informuje, iż nie zapewnia jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w biegu.

2. Uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w Biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.

3. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w regulaminie. Wiążąca i ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.

4. W sprawach nieujętych Regulaminem rozstrzyga Organizator.