

REGULAMIN

VII Jelczańsko-Oławski Zimowy Maraton na Raty

Jelcz-Laskowice, Jelcz-Miłoszyce, Oława

04.01.2015 – 01.03.2015

1. Cel i założenia

Popularyzacja biegania i marszów Nordic Walking, jako najprostszyc form rekreacji fizycznej.
Propagowanie wśród lokalnej społeczności zdrowego trybu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu.
Prezentacja terenów leśnych powiatu oławskiego.
Prezentacja wytyczonych i oznakowanych ścieżek biegowych.
Umożliwienie początkującym i niepełnoletnim biegaczom ukończenia maratonu – na początek w ratach.
Poznanie się i integracja uczestników.
Promocja Maratonu Jelcz-Laskowice (01.05.2015.)

2. Organizator

KB Harcownik Jelcz-Laskowice, www.klub-biegacza.olawa.pl, e-mail: kbharcownik@wp.pl
Kierownik zawodów: Arkadiusz Tołoczko, tel. 608-16-19-20

3. Współorganizator

Urząd Miasta i Gminy Jelcz-Laskowice, Urząd Miasta Oława, lokalni przedsiębiorcy.

4. Termin i miejsce zawodów

Poszczególne etapy ZiMNaRa odbędą się w 7 kolejnych niedziel stycznia i lutego, z wyłączeniem 25.01.2015 (połowa ferii zimowych) na przemian w Jelczu-Laskowicach, Miłoszycach i Oławie, zaczynając od **04.01.2015 r.** według porządku:

Etap	Dystans	Termin	Miejsce zawodów
- etap I	6 km	04.01.2015 r. niedziela	Jelcz-Laskowice
- etap II	6 km	11.01.2015 r. niedziela	Oława
- etap III	6 km	18.01.2015 r. niedziela	Miłoszyce
Przerwa 25.01.2015			
- etap IV	6 km	01.02.2015 r. niedziela	Jelcz-Laskowice
- etap V	6 km	08.02.2015 r. niedziela	Oława
- etap VI	6 km	15.02.2015 r. niedziela	Miłoszyce
- etap VII	6,195 km	22.02.2015 r. niedziela	Jelcz-Laskowice
- etap Joker	6 km lub 6,195 km	01.03.2015 r. niedziela	Jelcz-Laskowice

Biuro zawodów / Start do biegów o godz. 11:00

Jelcz-Laskowice – ścieżka biegowa „ZiMNaR-Harcownik” w pobliżu Ośrodka nad Stawem, ul. Stawowa 20
Miłoszyce – ścieżka biegowa „ Miłoszycka Siódemka” ul. Dziuplińska
Oława – przed lasem, ul. Bażantowa

Dopuszczamy i zachęcamy do udziału zawodników w kategorii NORDIC WALKING. Start wspólny z biegaczami lub odpowiednio wcześniej.

Organizator ma prawo zmienić miejsce i godzinę rozegrania zawodów powiadamiając o tym uprzednio zawodników.
Po każdym biegu organizator zapewnia ciepłą herbatę.

Po ostatnim biegu odbędzie się uroczyste zakończenie imprezy, ognisko-grill i wręczenie nagród.

5. Dystans

etap I-VI – 6 km; etap VII – 6,195 km; etap Joker – 6 km lub 6,195 km

Uwaga: Do klasyfikacji ogólnej liczony będzie czas 7 biegów (etapy I-VII).

8 bieg (etap Joker) jest biegiem kończącym cykl zawodów, a jednocześnie pozwalającym tym, którzy opuścili jeden z biegów, na ukończenie pełnego dystansu Maratonu na Raty (osoba taka zostanie sklasyfikowana na końcu stawki za tymi osobami, które przebiegły kolejne 7 etapów). **Premiowany jest systematyczny udział.**

6. Trasa

Trasa będzie oznaczona i oznakowana orientacyjnie co 1 kilometr. W Jelczu -Laskowicach: ścieżka biegowa - pętla po lesie, okolice pierwszego i drugiego stawu. W Miłoszycach ścieżka biegowa - pętla po lesie. W Oławie: "agrafka" po lesie przy ulicy Bażantowej.

7. Uczestnictwo

Bieg jest otwarty dla wszystkich zainteresowanych osób zrzeszonych w klubach sportowych jak i amatorów, które ukończyły w dniu zawodów 14 lat życia. Osoby niepełnoletnie w wieku od 14 do 18 lat są zobowiązane do posiadania pozwolenia od rodziców lub prawnych opiekunów na udział w biegu.

Warunkiem udziału w biegu jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub własnoręczne złożenie podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu na własną odpowiedzialność.

8. Zgłoszenia

Ze względów organizacyjnych preferowane są wcześniejsze zgłoszenia drogą elektroniczną poprzez formularz dostępny na www.klub-biegacza.olawa.pl lub przesłane na adres e-mail: kbharcownik@wp.pl z podaniem danych: Imię Nazwisko, data urodzenia, adres, miejscowość, nazwa klubu.

Dodatkowe zapisy i potwierdzenie zgłoszeń odbędzie się w dniu zawodów na miejscu startu od godz. 09:00 do godz. 10:30. Podczas weryfikacji konieczny jest dowód osobisty.

Uczestnik biegu wypełniając i podpisując kartę zgłoszeniową akceptuje warunki niniejszego regulaminu.

Na każdym etapie należy potwierdzić swoją obecność na zawodach.

9. Numer startowy

Każdy zawodnik przed pierwszym swoim startem w zawodach otrzymuje numer startowy, którym posługiwać się będzie we wszystkich kolejnych etapach. Należy dbać o numer startowy.

Numery startowe należy przymocować z przodu tak, aby był bardzo dobrze widoczny podczas przekraczania mety. Zawodnicy bez widocznego numeru startowego nie będą sklasyfikowani.

Używać można jedynie oficjalnych numerów startowych. W przypadku zgubienia numeru należy poinformować o tym fakcie organizatora.

10. Opłata startowa

Obowiązuje jednorazowa opłata startowa w wysokości 30 zł, niezależnie od terminu, która uprawnia do udziału we wszystkich 8 etapach. Płatność w biurze zawodów lub na konto KB Harcownik Jelcz-Laskowice, Bank Spółdzielczy: 73958500070020020057870001. W tytule przelewu należy podać imię i nazwisko uczestnika oraz nazwę „ZIMNAR”. W wyjątkowych sytuacjach organizator może zwolnić uczestnika z opłaty. Organizator nie zwraca opłaty startowej i nie przewiduje przenoszenia jej na inne osoby w żadnych okolicznościach.

11. Klasyfikacja końcowa i nagrody

Prowadzona będzie indywidualna klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn każdego etapu oraz zestawienie końcowe wg uzyskanego czasu (ręczny pomiar). Wyniki dostępne będą na stronie www.klub-biegacza.olawa.pl SATYSFAKCJA i SPLENDOR oraz okolicznościowe medale – śnieżynki dla wszystkich, którzy ukończą cały cykl zawodów i przebiegną dystans maratoński.

Dodatkowo za zajęcie miejsc 1-3 w klasyfikacji końcowej kobiet i mężczyzn oraz w kategoriach wiekowych:

MK14, MK16, MK20, MK30, MK40, MK50, M60, M70 - TROFEA. Wyróżnieni zostaną również najlepszy/a zawodnik i zawodniczka z Miasta i Gminy Jelcz-Laskowice oraz z Miasta i Gminy Oława.

Przewiduje się na zakończenie konkurs dla uczestników maratonu.

12. Uwagi końcowe

Każdy uczestnik startuje na własną odpowiedzialność (w przypadku zawodników niepełnoletnich na odpowiedzialność rodziców lub prawnych opiekunów).

Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne. Zawody odbędą się przy ograniczonym ruchu.

Zawodnicy mają obowiązek zachować szczególną ostrożność podczas biegu.

Startujących obowiązuje odpowiedni do warunków ubiór i obuwie sportowe.

Organizator zapewnia opiekę medyczną podczas każdego etapu.

Organizator nie ubezpiecza zawodników na czas zawodów. Uczestnicy zawodów ubezpieczają się we własnym zakresie.

Organizator nie zapewnia depozytu, szatni, natrysków i toalet w trakcie trwania imprezy biegowej.

Organizator nie ponosi odpowiedzialności materialnej za rzeczy zaginione w trakcie trwania zawodów.

Uczestnicy imprezy proszeni są o niezaśmiecanie trasy biegu i szczególną troskę o środowisko naturalne oraz przestrzeganie zasad obowiązując w lasach zgodnie z art. 29 i 30 Ustawy o Lasach z dnia 28.09. 1991.

Koszty noclegów i dojazdów każdy zawodnik pokrywa we własnym zakresie.

Organizatorzy zapewniają sobie prawo startu tego samego dnia przed lub po biegu głównym a ich wyniki doliczane są do klasyfikacji generalnej.

Organizator zastrzega sobie prawo ostatecznej interpretacji regulaminu.