



REGULAMIN

I. NAZWA ZAWODÓW

„III MRĄGOWSKI BIEGOWY PIKNIK WOJSKOWY”

II. CELE IMPREZY

1. Uczczenie święta Wojska Polskiego oraz promocja wojska w środowisku lokalnym.
2. Wyłonienie zwycięzców w kategorii służb mundurowych w biegach o "Puchar Dowódcy Garnizonu Warszawa" na dystansie 4 i 10 km.
3. Popularyzacja biegów, jako naturalnej formy spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu.
4. Promocja miasta i regionu.

III. GŁÓWNY ORGANIZATOR

WOJSKOWY OŚRODEK SZKOLENIOWO – KONDYCYJNY MRĄGOWO



IV. WSPÓŁORGANIZATORZY

1. Urząd Miejski w Mrągowie
2. Centrum Kultury i Turystyki w Mrągowie



V. PARTNERZY

1. Klub Biegacza Mrągowo



VI. PATRONAT

1. Burmistrz Miasta Mrągowo - Otolia Siemieniec
2. Przewodniczący Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego – Julian Osiecki

VII. TERMIN I MIEJSCE

15 sierpnia 2014 r. (piątek), Plac Unii Europejskiej w Mrągowie przy ul. Sobczyńskiego.

Godzina rozpoczęcia 10.00.

Weryfikacja zawodników będzie trwała od godz. 09.00 do 12.30. Start biegu głównego na 10 km odbędzie się o godz. 13.00.

VIII. USTALENIA ORGANIZACYJNE I WARUNKI UCZESTNICTWA

1. W ramach organizowanego pikniku zostaną przeprowadzone biegi o Puchar Dowódcy Garnizonu Warszawa dla służb mundurowych wśród kobiet i mężczyzn na dystansie 4 i 10 km.
2. W zawodach mogą brać udział dzieci, młodzież oraz dorośli bez ograniczeń wiekowych.
3. Dzieci oraz młodzież do 18 roku życia muszą posiadać zgodę prawnych opiekunów do udziału w biegu.
4. Osoby dorosłe do biegu głównego na 10 km muszą dokonać opłaty startową w wysokości 30,00 zł, a do biegu średniego na 4 km w wysokości 20,00 zł. Kwota ta nie podlega zwrotowi bez względu na zaistniałe okoliczności.

5. Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie własnoręczne podpisanie oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do uczestnictwa w biegu dostępnym w biurze zawodów.
6. Każdy uczestnik dokonuje zapisu do konkretnego biegu ustalonego przez organizatorów.
7. Niestawiennictwo uczestnika w miejscu i czasie przewidzianym dla przeprowadzenia biegu bez względu na jego przyczyny jest równoznaczne z rezygnacją i nie rodzi po stronie uczestnika jakichkolwiek roszczeń związanych z jego udziałem w zawodach biegowych.
8. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia NW. Uczestnicy startują na własną odpowiedzialność zgodnie z rozporządzeniem ministra edukacji narodowej z dnia 12.09.2001r. (dz. U. Nr 101 poz.1095).
9. W ramach opłaty startowej każdy uczestnik biegu głównego otrzymuje :
 - numer startowy wraz z agrałkami,
 - wodę na trasie biegu,
10. Po ukończeniu biegu zawodnicy otrzymują:
 - pamiątkowy medal na mecie,
 - ciepły posiłek regeneracyjny
11. Podczas biegu uczestnicy muszą posiadać numery startowe przekazane przez organizatora, przypięte do koszulki startowej w taki sposób, aby numer startowy był widoczny z przodu. Zastłanianie numeru startowego w części lub w całości jest niedopuszczalne pod karą dyskwalifikacji.
12. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
13. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.

IX. ZGŁOSZENIA, OPŁATA STARTOWA

1. **Zgłoszenia do zawodów dla wszystkich biegów w tym biegów dla dzieci będą przyjmowane przez Internet na stronie:**
<http://elektronicznezapisy.pl/events?user=2043> lub
bezpośrednio na 4km:
<http://elektronicznezapisy.pl/events/1399/starts/new>
bezpośrednio na 10km:
<http://elektronicznezapisy.pl/events/1400/starts/new>
oraz osobiście w dniu zawodów **od godz. 9.00 do godz. 12.30.**
2. Zgłoszenia do biegów dziecięcych i młodzieżowych prosimy wysyłać na adres mailowy: klub.biegacza@wp.pl. W zgłoszeniu powinno znajdować się: imię i nazwisko, rok urodzenia, miejscowość.
3. Uczestnicy biegu głównego – **10 km** zobowiązani są do wpłacenia **30,00 zł** wpisowego, a biegu średniego – **4 km** - **20,00 zł** na konto: **Klub Biegacza Mrągowo 87 1240 1617 1111 0010 3698 4531 z dopiskiem „Piknik Biegowy” (do 08.08.2014 r.)**. W dniu zawodów opłata startowa wynosi 50,00 zł-bieg główny i 30,00-zł-bieg średni. Z opłaty startowej zwolnieni są: młodzież do lat 18 oraz osoby, które ukończyły 70 lat.

4. Wpisanie na listę startową nastąpi po zaksięgowaniu opłaty startowej na koncie organizatora.
5. W przypadku opłat startowych wniesionych na konto organizatora po 08.08.2014 r. konieczne będzie przedstawienie przy weryfikacji w biurze zawodów dowodu wpłaty oraz dowodu osobistego.
6. W zawodach w kategorii służb mundurowych mogą startować funkcjonariusze i funkcjonariuszki następujących służb mundurowych: Wojska Polskiego, Służby Więziennej, Policji, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Agencji Wywiadu, Służby Kontrwywiadu Wojskowego, Służby Wywiadu Wojskowego, Centralnego Biura Antykorupcyjnego, Straży Granicznej, Biura Ochrony Rządu, Państwowej Straży Pożarnej, Straży Miejskiej, Straży Ochrony Kolei, Służba Celna, Inspekcja Transportu Drogowego, Służba Leśna.
7. Weryfikacja i zapisy zawodników z grupy służb mundurowych będą odbywały się na podstawie ważnej legitymacji służbowej.
8. Podczas odbioru pakietu zawodnicy muszą posiadać dokument ze zdjęciem celem weryfikacji danych.

X. KLASYFIKACJE

1. Bieg główny na 10 km:

- a) **Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.**
- b) **Klasyfikacja w następujących kategoriach wiekowych:**

KOBIETY:

K-20 (16 – 29 lat) – ur. 1998-1985

K-30 (30 – 39 lat) – ur. 1984-1975

K-40 (40 – 49 lat) – ur. 1974-1965

K-50 (50 lat i starsze) – ur. 1964 i starsze

MEŻCZYŹNI:

M-20 (16 - 29 lat) – ur. 1998-1985

M-30 (30 - 39 lat) – ur. 1984-1975

M-40 (40 - 49 lat) – ur. 1974-1965

M-50 (50 - 59 lat) – ur. 1964-1955

M-60 (60 lat i starsi) – ur. 1954 i starsi

- c) **Klasyfikacja służb mundurowych kobiet i mężczyzn.**
 - d) **Klasyfikacja najlepszy Mrągowianin i Mrągowianka.**
 - e) **Klasyfikacja drużynowa – suma 4 najlepszych czasów (w tym co najmniej jednej kobiety) jednolicie brzmiącej nazwy klubu/drużyny.**
2. **Bieg średni na 4 km:**
- a) **Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn.**
Nagradzane są 3 pierwsze osoby wśród mężczyzn i kobiet.
 - b) **Klasyfikacja służb mundurowych kobiet i mężczyzn.**
3. **Marsz Nordic Walking na 4 km – medale za ukończenie marszu.**
4. **Bieg dzieci i młodzieży:**
- a) **Bieg Krasnali do 7 lat na dystansie 100 m.**
(ur. 2007 i młodsi)
 - b) **Bieg Żaków do 10 lat na dystansie 750 m (jedna pętla).**
Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.
(ur. 2006 - 2004)
 - c) **Bieg Dzieci do 13 lat na dystansie 1500 m (dwie pętle).**
Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.
(ur. 2003 - 2001)
 - d) **Bieg Młodzieżowy do 16 lat na dystansie 2250 m (trzy pętle).**
Klasyfikacja generalna chłopców i dziewcząt.
(ur. 2000 - 1998)

XI. NAGRODY

1. W klasyfikacji generalnej biegu głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
2. W kategoriach wiekowych biegu głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
3. W klasyfikacji **służb mundurowych** biegu głównego na **10 km** dla zwycięzcy wśród kobiet i mężczyzn – **puchar Dowódcy Garnizonu Warszawa**, za pierwsze 3 miejsca – **pamiątkowe tabliczki okolicznościowe**.
4. W klasyfikacji biegu głównego **najlepszy Mrągowianin i Mrągowianka** za pierwsze miejsce wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
5. W klasyfikacji drużynowej Biegu Głównego na **10 km** za pierwsze 3 miejsca - **puchar**
6. W klasyfikacji generalnej biegu średniego na **4 km** za pierwsze 3 miejsca wśród kobiet i mężczyzn – **puchar**.
7. W klasyfikacji **służb mundurowych** biegu średniego na **4 km** dla zwycięzcy wśród kobiet i mężczyzn – **puchar Dowódcy Garnizonu Warszawa**, za pierwsze 3 miejsca – **pamiątkowe tabliczki okolicznościowe**.

8. W klasyfikacji generalnej biegu krasnali, żaków, dzieci i biegu młodzieżowego na poszczególnych dystansach dla pierwszych sześciu miejsc wśród chłopców i dziewcząt – **nagrody rzeczowe**.
9. Wszyscy uczestnicy biegów otrzymają **pamiątkowe medale**.
10. Przewidziano udekorowanie najstarszego uczestnika biegu na **10 km - puchar**.
11. **NAGRODY SIĘ NIE DUBLUJĄ** – (Nie dotyczy kategorii specjalnych, tj. Służb Mundurowych, Najlepszy Mrągowianin/Mrågowianka).

XII. PROGRAM ZAWODÓW

1.	09.00 – 12.30	Weryfikacja zawodników na podstawie wcześniejszych zapisów oraz dodatkowe zapisy do poszczególnych biegów w sekretariacie zawodów, wydawanie numerów startowych
2.	10.00 – 10.15	Uroczyste otwarcie zawodów.
3.	10.15 – 10.30	Bieg Krasnali do 7 lat na odcinku 100 m.
4.	10.30 – 10.45	Bieg Żaków do 10 lat na dystansie około 750 m (jedna pętla wokół jeziora Magistrackiego).
5.	10.45 – 11.00	Bieg Dzieci do 13 lat na dystansie około 1500 m (dwie pętle wokół jeziora Magistrackiego).
6.	11.00 – 11.15	Bieg Młodzieżowy do 16 lat na dystansie około 2250 m (trzy pętle wokół jeziora Magistrackiego).
7.	11.30– 12.30	Bieg Średni na dystansie 4 km . Marsz Nordic Walking na dystansie 4 km .
8.	13.00	Bieg Główny na dystansie 10 km .
9.	15.00	Uroczyste wręczenie nagród zwycięzcom, zakończenie imprezy

XIII. TRASA

1. Trasa Biegu Głównego będzie przebiegać przez miasto Mrągowo oraz jego okolice i będzie miała charakter miejsko-przełajowy. Start i meta będą zlokalizowane na Placu Unii Europejskiej, przy Jezioru Magistrackim. Biegacze pobiegną promenadą wzdłuż linii brzegowej jeziora Czos poczym wybiegną na drogę asfaltową Jaszczurcza Góra. Dalej pobiegną drogą szutrową w kierunku miejscowości Tymnikowo i Troszczykowo i wykonają pętlę nawrotną o długości około 3 km i wrócą tą samą trasą. Trasa nie posiada atestu PZLA. Trasa będzie oznaczona co 1 kilometr.

Profil trasy: o umiarkowanym stopniu trudności, z dość licznymi przewyższeniami terenu. Trasa przebiega polnymi drogami oraz leśnymi duktami, a więc mogą się na niej znajdować dodatkowe utrudnienia nawierzchni.

Nawierzchnia: ok. 40% kostka polbrukowa, ok. 10% asfalt, ok. 50% drogi gruntowe, drogi polne, leśne ścieżki.

Na trasie będzie umieszczony punkt z wodą – **ok. 5.5 km**. Na trasie będzie odbywał się ograniczony ruch pieszy oraz ruch kołowy. Prosimy uczestników biegu o ostrożność i stosowanie się do zaleceń wolontariuszy i służb obsługi biegu, oraz do ogólnych zasad ruchu drogowego.

2. Trasa Biegu na 4 km przebiegać będzie alejkami przy Jeziorze Czos. Na drugim kilometrze biegacze wykonają nawrót i wrócą tą samą trasą.

XIV. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Wszystkich uczestników MRĄGOWSKIEGO BIEGOWEGO PIKNIKU WOJSKOWEGO obowiązuje niniejszy regulamin.
2. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach filmowych i fotograficznych z biegu.
3. Organizator zapewnia wodę i opiekę medyczną na trasie i na mecie biegu.
4. Organizator zapewnia 250 medali. W przypadku braku medalu na mecie, organizator zobowiązuje się dostać go pocztą w ciągu 30 dni na adres wskazany przez zawodnika po ukończeniu biegu. Zawodnik dla którego po ukończeniu biegu zabrakło medalu osobiście musi zgłosić powyższy fakt do biura zawodów.
5. Zaleca się posiadanie aktualnych badań lekarskich.
6. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
7. Uczestnicy biegu będą mogli korzystać z umywalni i natrysków znajdujących się na terenie Stadionu Miejskiego „Mrągowia” przy ul. Mrongowiusza (obok CKiT Mrągowo).
8. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.
9. Wyniki z zawodów będą opublikowane na stronie internetowej WOSzK Mrągowo oraz Klubu Biegacza Mrągowo – www.mragowobiega.pl.
10. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie, o których winien poinformować uczestników przed rozpoczęciem imprezy.
11. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.
12. O wszystkich sprawach spornych, a nie ujętych w regulaminie decyduje Komitet Organizacyjny.
13. Pisemne protesty po wpłaceniu kaucji 100 złotych przyjmuje Biuro Zawodów do 30 min po ukazaniu się nieoficjalnych wyników w dniu odbywania się zawodów. Kaucja zostanie zwrócona po pozytywnym rozpatrzeniu skargi.

KOMITET ORGANIZACYJNY