



ŁUKOWSKIE ULICZNE BIEGI 3-cio MAJOWE pod patronatem Rady i Burmistrza Miasta Łuków

Regulamin

Łuków, 3 maja 2019 r.

I. CEL IMPREZY:

1. uczczenie 228 rocznicy uchwalenia Konstytucji 3 - go Maja
2. upamiętnienie 786 rocznicy powstania Miasta Łuków
3. upamiętnienie 616 rocznicy nadania praw magdeburskich
4. popularyzacja biegania wśród dzieci, młodzieży i dorosłych
5. popularyzacja Nordic Walking
6. promowanie zdrowego stylu życia

II. ORGANIZATOR:

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łukowie

III. WSPÓŁORGANIZATOR

Stowarzyszenie Społeczno – Kulturalne „Nasz Region”

IV. MIEJSCE:

Łuków, ulice miasta (trasy poszczególnych biegów w/g załącznika)

V. TERMIN: 3 MAJA 2019 r., godz. 11.30 – oficjalne otwarcie

VI. KATEGORIE, DYSTANSE, NAGRODY

A) KLASYFIKACJA INDYWIDUALNA

Lp.	Godzina	Kategoria	Dystans	Nagrody
1.	ok. 11.45	Bieg „Krasnala” (przedszkola) Dziewczynki rocznik 2015-2012	150 m	Indywidualnie 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
2.	ok. 12.00	Bieg „Krasnala” (przedszkola) Chłopcy rocznik 2015-2012	150 m	Indywidualnie 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
3.	ok. 12.15	OPEN Kobiety rocznik 2002 -1989	5000 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
4.	ok. 12.15	OPEN Kobiety rocznik 1988 -1973	5000 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
5.	ok. 12.15	OPEN Kobiety rocznik 1972 i starsze	5000 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
6.	ok. 12.15	OPEN Kobiety „Nordic Walking”	2600 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody

7.	ok. 12.15	O P E N Mężczyźni rocznik 2002 - 1989	5000 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
8.	ok. 12.15	O P E N Mężczyźni rocznik 1988 - 1979	5000 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
9.	ok. 12.15	O P E N Mężczyźni rocznik 1978 - 1969	5000 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
10.	ok. 12.15	O P E N Mężczyźni rocznik 1968 - 1959	5000 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
11.	ok. 12.15	O P E N Mężczyźni rocznik 1958 i starsi	5000 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
12.	ok. 12.15	OPEN Mężczyźni „Nordic Walking”	2600 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
13.	ok. 12.15	Niepełnosprawni	1000 m	Indywidualnie: 1-3 dyplomy, nagrody
14.	ok. 12.45	Szkoły Podstawowe Dziewczeta rocznik 2011 - 2009	300 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
15.	ok. 13.00	Szkoły Podstawowe Chłopcy rocznik 2011 - 2009	300 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
16.	ok. 13.15	Szkoły Podstawowe Dziewczeta rocznik 2008 - 2007	600 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
17.	ok. 13.30	Szkoły Podstawowe Chłopcy rocznik 2008 - 2007	800 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
18.	ok. 13.40	Szkoły Podstawowe Dziewczeta rocznik 2006 - 2005	800 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
19.	ok. 13.50	Szkoły Podstawowe Chłopcy rocznik 2006 - 2005	1100 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
20.	ok. 14.00	Szkoły Podstawowe Dziewczeta rocznik 2004 - 2003	1100 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
21.	ok. 14.00	Szkoły Ponadgimnazjalne Dziewczeta rocznik 2002- 1999	1100 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
22.	ok. 14.10	Szkoły Podstawowe Chłopcy rocznik 2004 - 2003	1600 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody

23.	ok. 14.10	Szkoły Ponadgimnazjalne Chłopcy rocznik 2002- 1999	1600 m	Indywidualnie: 1-3 m-ce dyplomy, nagrody
-----	-----------	---------------------------------------------------------------------	--------	----------------------------------------------------

***Każdy uczestnik po ukończonym biegu otrzymuje na mecie pamiątkowy medal**

B) KLASYFIKACJA ZESPOŁOWA

	Klasyfikacja Zespołowa	Nagrody
1.	Szkoły Podstawowe	1-3 m-ce puchary, dyplomy
2.	Szkoły Ponadgimnazjalne	1-3 m-ce puchary, dyplomy

VII. PUNKTACJA

Rywalizacja zespołowa - w rocznikach szkół podstawowych i szkół ponadgimnazjalnych w kategorii dziewcząt i chłopców.

W kategoriach wiekowych szkół zespoły mogą liczyć do 15 osób.

1 miejsce	- 15 pkt.	16-20 miejsce	- 5 pkt.
2 miejsce	- 13 pkt.	21-25 miejsce	- 4 pkt.
3 miejsce	- 11 pkt.	26-30 miejsce	- 3 pkt.
4-6 miejsce	- 10 pkt.	31-40 miejsce	- 2 pkt.
7-10 miejsce	- 8 pkt.	41-50 miejsce	- 1 pkt.
11-15 miejsce	- 6 pkt.		

VIII. SEKRETARIAT BIEGÓW:

1. Urząd Miasta w Łukowie, Wydział Spraw Społecznych, ul. Zdanowskiego 15
2. Sekretariat czynny w dniu zawodów **od godz. 10.00 do godz. 11.00**

IX. ZGŁOSZENIA:

1. Zgłoszenia pisemne (lista startowa, zgłoszenia indywidualne, oświadczenie o braku przeciwwskazań lub zaświadczenie lekarskie) grup przedszkolnych i szkolnych oraz indywidualne, odbiór kart i numerów startowych do dnia **25.04.2019 r. do godz. 16:00 – OSiR, ul. Browarna 63. (ZE WZGLĘDÓW ORGANIZACYJNYCH TERMIN OSTATECZNY).**
2. Imienna lista startowa zespołu przedszkolnego i szkolnego winna być obowiązkowo potwierdzona przez Dyrektora Przedszkola lub Szkoły.
3. Udział w biegu jest bezpłatny.

4. OBOWIĄZUJĄ BADANIA LEKARSKIE.

5. Uczestnicy biegów muszą przed zawodami złożyć w OSiR zaświadczenie lekarskie stwierdzające brak przeciwwskazań do udziału w tego typu zawodach.
6. W przypadku braku zaświadczenia lekarskiego zawodnicy pełnoletni podpisują oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu w sekretariacie OSiR. Brak oświadczenia jest równoznaczny z wykreśleniem z listy startowej.
7. W przypadku zgłoszenia indywidualnego osoby niepełnoletniej (nieposiadającej zaświadczenia lekarskiego), oświadczenie musi zostać podpisane przez opiekuna prawnego osobiście w OSiR. Brak oświadczenia jest równoznaczny z wykreśleniem z listy startowej.
8. Wzory oświadczeń dostępne są na stronie www.osir.lukow.pl (zakładka: *aktualności, zaproszenie do udziału w biegach*).
9. **Limit uczestników 26 Łukowskich Ulicznych Biegów wynosi 900 osób, w tym limit 250 osób Bieg Krasnala. Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia zapisów w przypadku wyczerpania limitu zgłoszeń.**
10. W kategorii Nordic Walking obowiązują przepisy Polskiej Federacji Nordic Walking.

11. W kategorii biegi obowiązują przepisy Polskiego Związku Lekkiej Atletyki.

X. ZASADY ZACHOWANIA UCZESTNIKÓW BIEGU ISTOTNE DLA BEZPIECZEŃSTWA RUCHU DROGOWEGO

1. Zawodnicy biegają wyłącznie trasą wyznaczoną przez organizatora.
2. Bieg będzie odbywać się częściowo przy ruchu otwartym, należy, więc zachować ostrożność.
3. Uczestnicy biegu na odcinkach o ograniczonym ruchu poruszać się będą prawą stroną jezdni, na odcinkach o zamkniętym ruchu całą szerokością jezdni, obowiązuje zakaz wbiegania na chodnik.
4. Wszyscy uczestnicy biegu zobowiązani są do bezwzględnego zastosowania się do wskazań i poleceń Policji, oznakowanych służb porządkowych organizatora biegu oraz osób odpowiedzialnych za bieg posiadających identyfikatory.

XI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Odebranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją powyższego regulaminu.
2. Warunkiem klasyfikacji każdego zawodnika jest posiadanie na mecie karty startowej. W przypadku zagubienia karty startowej zawodnik NIE BĘDZIE klasyfikowany.
3. Na trasie Biegu dostępna będzie bezpłatna pomoc medyczna, udzielana przez firmę medyczną, z którą Organizator posiada umowę na zabezpieczenie medyczne Biegu.
4. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie (ratownik medyczny poruszać się będzie za kolumną zawodników) i na mecie imprezy (II ratownik medyczny).
5. Uczestnik 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 (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Ponadto, z udziałem w zawodach mogą wiązać się inne, niemożliwe w tej chwili do przewidzenia, czynniki ryzyka. Podpisując oświadczenie uczestnik wyraża tym samym zgodę na udzielenie pierwszej pomocy medycznej, wykonanie innych zabiegów medycznych oraz transport poszkodowanego w bezpieczne miejsce, personelowi i paramedycznemu działającemu w imieniu organizatora.
6. Decyzje opieki medycznej dotyczące kontynuowania biegu są ostateczne i nieodwołalne.
7. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej w firmie PZU.
8. Ubezpieczenie NW uczestnicy wykupują we własnym zakresie.
9. Organizator zapewnia wodę do picia (w okolicach startu/mety).
10. Organizator zapewnia szatnie do przebrania i depozyt.
11. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie imprezy.
12. Zgłoszenie do udziału w zawodach oznacza zgodę na wykorzystanie wizerunku, a także na podanie danych osobowych, które zostaną wykorzystane w celu organizacji imprezy.
13. Dane osobowe uczestników „26 Łukowskich Ulicznych Biegów 3-cio Majowych pod patronatem Rady i Burmistrza Miasta Łuków” będą wykorzystywane wyłącznie na potrzeby będą używane zgodnie z art. 13 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (4.5.2016 L 119/3 Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej PL). Dane te zostaną trwale usunięte w ciągu 14 dni od zakończenia imprezy.
14. Uczestnik/ opiekun zawodów zgadza się na podanie swoich danych osobowych obejmujących imię, nazwisko, płeć, rok urodzenia, miejscowość. Podanie tych danych jest dobrowolne, jednak warunkuje udział w zawodach.
15. Administratorem danych osobowych jest Ośrodek Sportu i Rekreacji w Łukowie, ul. Browarna 63.
16. Biegi odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.
17. W miarę pozyskanych środków od sponsorów Organizator przewiduje nagrody dla uczestników.

18. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany poszczególnych punktów regulaminu przed zawodami.
19. Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora.
20. Sprawy sporne rozpatruje Organizator oraz Sędzia Główny.

**Serdecznie zapraszamy
do udziału w 26 Łukowskich
Ulicznych Biegach 3-cio MAJOWYCH
pod patronatem Rady i Burmistrza Miasta Łuków.**

26 ŁUKOWSKIE ULICZNE BIEGI 3-cio MAJOWE POD PATRONATEM RADY i BURMISTRZA MIASTA ŁUKÓW

TRASY BIEGÓW

I BIEG – Bieg Krasnali - DZIEWCZYNKI - 150 m

(START) Zdanowskiego od skrzyżowania z Wyszyńskiego – Zdanowskiego - do skrzyżowania ze Staropijarską (META)

II BIEG – Bieg Krasnali - CHŁOPCY - 150 m

(START) Zdanowskiego od skrzyżowania z Wyszyńskiego – Zdanowskiego - do skrzyżowania ze Staropijarską (META)

III BIEG – „OPEN” – 5500 m; Niepełnosprawni - 1100 m; „Nordic Walking” – 2200 m

(START) Zdanowskiego – Staropijarska – Pl. Narutowicza – Kościelna – Dmocha – Międzyrzecka – Staropijarska – Zdanowskiego (META)

OPEN x 5; Niepełnosprawni x 1; Nordic Walking x 2

IV BIEG – Szkoły Podstawowe – DZIEWCZĘTA - (2011 - 2009) - 300 m

(START) Zdanowskiego - Staropijarska - Chopina – Zdanowskiego (META)

V BIEG – Szkoły Podstawowe - CHŁOPCY (2011 - 2009) - 300 m

(START) Zdanowskiego - Staropijarska – Chopina – Zdanowskiego (META)

VI BIEG – Szkoły Podstawowe -DZIEWCZĘTA (2008 - 2007) - 600 m

(START) Zdanowskiego – Staropijarska – Chopina - Zdanowskiego (META) x2

VII BIEG – Szkoły Podstawowe – CHŁOPCY (2008 - 2007) - 800 m

(START) Zdanowskiego – Staropijarska – Pl. Narutowicza – Kościelna – Nowopijarska – Międzyrzecka – Staropijarska – Zdanowskiego (META)

VIII BIEG – Szkoły Podstawowe –DZIEWCZĘTA (2006 - 2005) - 800 m

(START) Zdanowskiego – Staropijarska – Pl. Narutowicza – Kościelna – Nowopijarska – Międzyrzecka – Staropijarska – Zdanowskiego (META)

IX BIEG – Szkoły Podstawowe – CHŁOPCY (2006 -2005) - 1100 m

(START) Zdanowskiego – Staropijarska – Pl. Narutowicza – Kościelna – Dmocha – Międzyrzecka – Staropijarska – Zdanowskiego (META)

X BIEG – Szkoły Podstawowe –DZIEWCZĘTA (2004 – 2003)- 1100 m

Szkoły Ponadgimnazjalne - DZIEWCZĘTA - 1100 m

(START) Zdanowskiego – Staropijarska – Pl. Narutowicza – Kościelna – Dmocha – Międzyrzecka – Staropijarska – Zdanowskiego (META)

XI BIEG – Szkoły Podstawowe – CHŁOPCY (2004 – 2003) – 1600 m

Szkoły Ponadgimnazjalne - CHŁOPCY 1600 m

(START) Zdanowskiego – Staropijarska – Pl. Narutowicza – Kościelna – Nowopijarska – Międzyrzecka – Staropijarska – Pl. Narutowicza – Kościelna– Nowopijarska – Międzyrzecka – Staropijarska – Zdanowskiego (META)