



4BIEGI
RACIBÓRZ

REGULAMIN XII „BIEG BEZ GRANIC”

NA DYSTANSIE

10 km – Bieg Główny

2,5 km – Bieg Młodzieżowy

5 km K i M OPEN

5 km – Nordic Walking

I. CEL

- 1) popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywnego wypoczynku i rekreacji ruchowej oraz zdobywania jej zwolenników,
- 2) propagowanie aktywnego i zdrowego stylu życia,
- 3) propagowanie nowego sposobu czynnego wypoczynku - Nordic Walking,
- 4) promocja Miasta Racibórz,

II. ORGANIZATOR

Miasto Racibórz, Ośrodek Sportu i Rekreacji,

III. TERMIN I MIEJSCE

1) 03.05.2019 r. Racibórz – Start:

- Start: Bieg Młodzieżowy, marsz Nordic Walking, Bieg na 5 OPEN - Stadion Miejski, ul. Zamkowa 4

- Meta: Bieg Młodzieżowy, marsz Nordic Walking, Bieg na 5 OPEN - Stadion Miejski, ul. Zamkowa 4

- Start: Bieg na 10 km: Stadion Miejski, ul. Zamkowa 4,

- Meta: ul. Zamkowa 4, wjazd na teren OSiR

2) godz. 14.30 Start Biegu Młodzieżowego 2,5 km, Biegu OPEN 5 km K i M i Nordic Walking 5 km

3) godz. 16.00 Start Biegu Głównego na 10 km K i M.

IV. TRASA BIEGU

Trasa biegu przebiegać będzie ulicami w centrum Miasta Raciborza (1 pętla – asfalt +kostka brukowa). Szczegółowa mapka trasy będzie dostępna przed biegiem oraz na stronach internetowych (www.4biegiraciborz.pl). Trasa jest oznakowana taśmą ostrzegawczą. Osoby, które zbiegną z wyznaczonej trasy mogą zostać zdyskwalifikowane. Pomylenie trasy biegu przez Zawodnika nie może być podstawą żadnych roszczeń wobec Organizatora, a w szczególności do zwrotu opłaty startowej.

V. WARUNKI UCZESTNICTWA

- 1) impreza ma charakter otwarty,
- 2) uczestników biegu obowiązują przepisy IAAF i PZLA oraz niniejszy regulamin,
- 3) w biegu głównym na 10 km, biegu na 5 km kategoria OPEN K i M, Nordic Walking na ok. 7 km kategoria OPEN K i M prawo startu mają biegacze z rocznika 2003 r. i starsi, zrzeszeni i nie zrzeszeni w klubach sportowych,

- 4) w biegu młodzieżowym na 2,5 km prawo startu posiada młodzież z rocznika 2004-2007 r. K i M, zrzeszona i nie zrzeszona w klubach sportowych,
- 5) uczestnicy biegu młodzieżowego startują za zgodą rodziców lub opiekunów prawnych,
- 6) warunkiem udziału w biegu głównym, biegu na 5 km i Nordic Walking oraz biegu młodzieżowym jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach lub złożenie własnoręcznego podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w w/w zawodach oraz przyjęciu pełnego ryzyka i konsekwencji udziału, na własną odpowiedzialność,
- 7) podpisanie zgłoszenia do zawodów i pobranie numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu oraz wyrażeniem zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażeniem zgody na wykorzystanie wizerunku startującego w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy,
- 8) wszyscy zawodnicy startujący w zawodach, muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów. Zawodnik musi posiadać podczas weryfikacji dowód tożsamości ze zdjęciem (dowód osobisty, legitymację szkolną, paszport lub prawo jazdy) celem kontroli daty urodzenia i obywatelstwa oraz **potwierdzenie wpłaty opłaty startowej**,
- 9) zawodnicy pokonujący dystans biegu w sposób niedozwolony /skracanie trasy/ zostaną zdyskwalifikowani,
- 10) Podczas zawodów zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte z przodu na wysokości klatki piersiowej,
- 11) Zabrania się startowania zawodnikom pod wpływem niedozwolonych środków oraz alkoholu.
- 12) Zabrania się używania na trasie biegu jakichkolwiek pojazdów, poza pojazdami Organizatora. Ze względów bezpieczeństwa Organizator nie dopuszcza do udziału zawodników na wózkach oraz z wózkami dziecięcymi. Zabroniony jest również start ze zwierzętami.

VI. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

Zgłoszenia uczestnictwa w XII Biegu bez Granic przyjmowane są:

- 1) poprzez formularz zgłoszeniowy zamieszczony na stronie firmy obsługującej zapisy i pomiar czasu <https://online.datasport.pl/zapisy/portal/zawody.php?zawody=4746> do dnia 25.04.2019 r. (**limit uczestników Bieg główny 10 km – 500 osób, bieg młodzieżowy - 50 osób, 5 km OPEN K i M - 50 osób, Nordic Walking - 50 osób**)
- 2) w punkcie informacji H₂Ostróg, ul. Zamkowa 4, od dnia **26.04.2019 - 02.05.2019 r.** w godzinach 06.00-22.00 jeżeli będą wolne limity do poszczególnych biegów.
- 3) Opłata startowa wynosi:
 - a) **Pakiet Standard:**
 - 30 zł – poprzez stronę internetową prowadzącą zapisy do dnia 25.04.2019 r.
 - 40 zł – gotówką w kasie H₂Ostróg od 26.04.2019 r. – 02.05.2019 r. (jeśli nie zostanie osiągnięty limit uczestników)

b) Pakiet Premium (zawiera okolicznościową koszulkę techniczną):

- 45 zł - poprzez stronę internetową prowadzącą zapisy do dnia 25.04.2019 r.

W przypadku wolnych miejsc możliwość zapisów w dniu zawodów – wpisowe 100 zł

Oplaty startowej nie pobiera się od uczestników Biegu Młodzieżowego (2,5 km K i M rocznik 2004-2007), osób niepełnosprawnych oraz uczestników niepełnoletnich w biegu głównym na 10 km, biegu OPEN na 5 km oraz Nordic Walking na 5 km – **uczestnicy otrzymują pakiet STANDARD** (dopłata do koszulki – 15 zł)

Raz wniesiona opłata startowa nie ulega zwrotowi, jak również nie ma możliwości cesji opłaty na innego uczestnika biegu.

W ramach opłaty startowej zawodnik otrzymuje pakiet startowy, na który składa się:

a) PAKIET STANDARD:

- numer startowy wraz z chipem, posiłek, materiały promocyjne Miasta Racibórz,

b) PAKIET PREMIUM:

- numer startowy wraz z chipem, posiłek, materiały promocyjne Miasta Racibórz, koszulka techniczna,

VII. BIURO ZAWODÓW

Biuro zawodów czynne będzie w Kryta Pływalnia H2Ostróg dnia 03.05.2018 r. w godz. 11:00 – 13:30 dla Biegu Młodzieżowego, biegu na 5 km OPEN K i M, Nordic Walking, a w godz. 12.00 - 15.15 dla Biegu Głównego na 10 km, gdzie odbędzie się weryfikacja zgłoszonych zawodników oraz wydawanie nr startowego wraz z pakietem startowym.

VIII. KATEGORIE

BIEG MŁODZIEŻOWY – 2,5 KM

- 1) Kategoria dziewcząt – rocznik 2004-2007 r.
- 2) Kategoria chłopców – rocznik 2004-2007 r.

BIEG OPEN - 5 KM

- 1) Kategoria OPEN – mężczyzn
- 2) Kategoria OPEN – kobiet

NORDIC WALKING – 5 KM

- 1) Kategoria OPEN – mężczyzn
- 2) Kategoria OPEN – kobiet

BIEG GŁÓWNY – 10 KM

- 1) Kategoria OPEN – mężczyzn
- 2) Kategoria OPEN – kobiet

	<i>Mężczyźni</i>		<i>Kobiety</i>
3) Kategoria M16	16 – 19 lat,	K20	16 – 29 lat,
4) Kategoria M20	20 – 29 lat,	K30	30 – 39 lat,
5) Kategoria M30	30 – 39 lat,	K40	40 – 49 lat,
6) Kategoria M40	40 – 49 lat,	K50	50 – 59 lat,
7) Kategoria M50	50 – 59 lat,	K60	60 – i starsze
8) Kategoria M60	60 – i starsi		
9) Kategoria Najlepszy Raciborzanin - I-VI m			
10) Kategoria Najlepsza Raciborzanka - I-VI m			
11) Kategoria Niepełnosprawni K i M - I m			
12) Kategoria Pracownicy RAFAKO K i M – I-III m			
13) Kategoria Pracownicy oraz Funkcjonariusze Straży Granicznej			
14) Kategoria studenci i pracownicy PWSZ			

IX. NAGRODY

- 1) w biegu młodzieżowym puchar dla zwycięzcy w kategorii dziewcząt i chłopców i nagrody rzeczowe za miejsca I – III,
- 2) w biegu na 5 km OPEN puchar dla zwycięzcy w kategorii K i M i nagrody rzeczowe za miejsca I – III,
- 3) w Nordic Walking puchar i nagrody rzeczowe w kategorii K i M za I-III miejsce,
- 4) w biegu głównym puchary i nagrody pieniężne w kategorii kobiet i mężczyzn za miejsca I – III,
- 5) w kategoriach wiekowych nagrody rzeczowe za miejsca I-III,
- 6) w kategorii Najlepszy Raciborzanin, Raciborzanka nagrody rzeczowe za miejsca I-VI,
- 7) w kategorii Niepełnosprawni K i M nagroda rzeczowa za I miejsce,
- 8) w kategorii Pracownicy RAFAKO K i M nagrody rzeczowe za miejsca I-III,
- 9) w kategorii Pracownicy oraz Funkcjonariusze Straży Granicznej puchary za miejsca I-III K i M
- 10) uczestnicy, którzy ukończą XII BIEG BEZ GRANIC otrzymują na mecie pamiątkowy medal,
- 11) uczestnicy, którzy ukończą - Bieg Młodzieżowy, Bieg na 5 km OPEN K i M, Nordic Walking, otrzymują na mecie pamiątkowy medal,
- 12) zawodnicy, którzy będą nagradzani w biegu głównym, nie będą nagradzani w poszczególnych kategoriach wiekowych.
- 13) w kategorii student, pracownik PWSZ – puchary

X. SPRAWY ORGANIZACYJNE

- 1) Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne,
- 2) W przypadku zgłoszenia oraz opłat po terminie 19.04.2019 r. organizator nie gwarantuje otrzymania koszulki w żądanym rozmiarze,
- 3) **Uczestnicy, którzy chcą otrzymać fakturę VAT za udział w biegu, koniecznie muszą zgłosić chęć jej otrzymania podczas zapisu na portalu datasport. Zgodnie z art. 106i ust. 1 ustawy o VAT fakturę na zakład pracy wystawia się nie później niż 15-ego dnia miesiąca następującego po miesiącu, w którym wykonano usługę**
- 4) Pełnoprawnym uczestnikiem biegu staje się osoba, która zgłosiła się oraz opłaciła opłatę startową (ważna jest data opłaty startowej, a nie rejestracji w systemie elektronicznym)
- 5) Bieg odbędzie się przy zamkniętym ruchu ulicznym,
- 6) W czasie trwania zawodów organizator zapewnia opiekę medyczną,
- 7) Organizator zapewnia napoje na trasie i na mecie oraz posiłek regeneracyjny,
- 8) Zawodnicy będą mieli zapewnioną szatnię oraz depozyt w Krytej Pływalni H2Ostróg w godz. od 11.30 - 18.30,
- 9) Zawodnicy startują na własny koszt lub organizacji zgłaszającej zawodnika,
- 10) Koszty organizacyjne pokrywa organizator,
- 11) Zakończenie biegu i wręczenie nagród planowane jest ok. godz. 17.45
- 12) Limit czasowy dla biegu młodzieżowego, biegu OPEN na 5 km i Nordic Walking wynosi 70 min. (zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie zobowiązani są do zejścia z trasy biegu),
- 13) Limit czasowy dla biegu głównego na 10 km wynosi 90 min (zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie zobowiązani są do zejścia z trasy biegu),
- 14) Za ubezpieczenie uczestników odpowiedzialni są poszczególni zawodnicy indywidualnie, macierzyste kluby, stowarzyszenia, organizacje, rodzice lub opiekunowie prawni zgłaszający zawodników do zawodów,
- 15) Pozostawanie na trasie biegu po upływie wyznaczonego czasu jak również nie stosowanie się do decyzji sędziów przenosi na uczestników odpowiedzialność stosownie do obowiązujących przepisów ruchu drogowego oraz Kodeksu Cywilnego,
- 16) Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy uczestników zawodów zgubione, uszkodzone lub zniszczone,
- 17) Organizator może wykluczyć z zawodów osoby nieprzestrzegające regulaminu i ładu sportowego,
- 18) Osoby, które zbiegną z wyznaczonej trasy mogą zostać zdyskwalifikowane. Pomylenie trasy biegu przez Zawodnika nie może być podstawą żadnych roszczeń wobec Organizatora, a w szczególności do zwrotu opłaty startowej.
- 19) Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatora,
- 20) W sprawach nie ujętych w regulaminie ostateczną decyzję podejmuje Organizator,

- 21) Zawodnicy mogą wnieść protest do 15 minut po zakończeniu biegu i po uiszczeniu opłaty w wysokości 100 zł (w przypadku uzasadnionego protestu opłata będzie zwracana zawodnikowi)
- 22) Tylko i wyłącznie bieg na 10 km zaliczany jest do klasyfikacji 4Biegi Racibórz
- 23) Wyniki biegów będą dostępne na stronie internetowej:

www.4biegiraciborz.pl, www.osir-raciborz.pl, www.raciborz.pl

XI. INFORMACJA NA TEMAT BIEGU

- 1) strona internetowa www.4biegiraciborz.pl, www.raciborz.pl, www.osir-raciborz.pl,
- 2) Urząd Miasta Racibórz Wydział Edukacji Kultury i Sportu - tel. 32 75 50 698
email: edukacja@um.raciborz.pl.
- 3) Ośrodek Sportu i Rekreacji – 32/415-37-17

Tabela rozmiarów koszulki – XII Bieg bez Granic



SPORT T-SHIRT MAN

	S	M	L	XL	XXL
WIDTH/LENGTH	50/66	52/68	54/70	56/72	58/77



SPORT T-SHIRT LADY

	S	M	L	XL	XXL
WIDTH/LENGTH	41/60	43/62	45/64	47/66	49/68