

REGULAMIN

Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńska

17 Listopad 2024(Niedziela) – Gmina Olsztynek

Ośrodek Wypoczynkowy Kołatek/Mierki

Bieg Główny godz. 12:00

Dystans: 5 km Cross

Nordic Walking godz. 12.01

Dystans: 5 km Cross

Biegi dla Dzieci godz. 11:00

Dystans: 200m/400m/800m/1000m

Bieg dla Osób z Niepełnosprawnością godz. 11:40

Dystans: ok. 800m

**Oficjalne Mistrzostwa Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Biegu Crossowym
na 5 km Masters pod Patronatem Polskiego Związku Lekkiej Atletyki Masters**

I. CEL.

1. Promocja miasta Olsztynek oraz Gminy Olsztynek.
2. Promocja Województwa Warmińsko-Mazurskiego.
3. Promocja Powiatu Olsztyńskiego.
4. Promocja Nadleśnictwa Olsztynek.
5. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako zdrowej, prostej formy sportu i wypoczynku.
6. Promocja „For Health Fundacji” organizacji pozarządowej wspierającej rozwój sportowy, turystyczny i rekreacyjny województwa warmińsko-mazurskiego.
7. Wkład w promocję imprez biegowych (ulicznych i przełajowych) w Województwie Warmińsko-Mazurskim.
8. Promocja aktywnej rekreacji i wypoczynku w Województwie Warmińsko-Mazurskim.
9. Promocja i umożliwienie współzawodnictwa sportowego wśród dzieci, młodzieży i dorosłych.
10. Promocja aktywnej turystyki w Województwie Warmińsko-Mazurskiego.
11. Promocja zawodów Nordic Walking.
12. Promocja Polskiego Związku Lekkiej Atletyki Masters.
13. Promocja aktywnej rekreacji i wypoczynku w Województwie Warmińsko-Mazurskim.
14. Promocja i umożliwienie współzawodnictwa sportowego wśród dzieci, młodzieży i dorosłych.
15. Promocja biegów dziecięcych i współzawodnictwa w najmłodszych kategoriach wiekowych.
16. Promocja biegaczy i biegaczek w kategorii Master .
17. Promocja pozytywnego wpływu biegania na zdrowie u dzieci oraz biegaczy w kategorii Masters.
18. Promocja biegów przełajowych.

II. PATRONAT HONOROWY.

1. Marszałek Województwa Warmińsko-Mazurskiego – Gustaw Marcin Kuchciński
2. Starosta Powiatu Olsztyńskiego – Andrzej Abako
3. Burmistrz Miasta Olsztynek – Robert Waraksa
4. Nadleśniczy Nadleśnictwa Olsztynek – Dariusz Krzyżanowski
5. Polski Związek Lekkiej Atletyki Masters: Pan Wacław Krankowski

III. ORGANIZATOR.

1. „For Health Fundacja”

IV. WSPÓŁORGANIZATOR

1. Running Consulting Wojciech Kopeć
2. Urząd Miejski w Olsztynku
3. Warmia i Mazury

V. Sponsor Tytułarny:

VI. Sponsor Strategiczny:

VII. Sponsor Główny:

VIII. Sponsor Techniczny: Ośrodek Wypoczynkowy Kotątek

IX. Sponsorzy:

X. Partnerzy:

XI. PROFESJONALNY POMIAR CZASU

1. Maratończyk Pomiar Czasu: <http://maratonczykpomiarczasu.pl/>

XII. TERMIN I MIEJSCE.

17 listopada (Niedziela) 2024r. – Ośrodek Wypoczynkowy Kołatek/Mierki

Start biegu osób z niepełnosprawnością: godz. 11:45

Start biegu dla dzieci: godz.11:00.

Start biegu głównego: godz.12:00 – bieg na dystansie 5km

Start nordic walking: godz. 12:01 - 5 km Nordic Walking

Przebieg trasy: pętla - start na głównym na terenie Ośrodka Wypoczynkowego Kołatek. Trasa będzie prowadziła po jednej pętli poprowadzonej na terenie Lasów Państwowych Nadleśnictwa Olsztynek.

Trasa w 90% szuter (drogi leśne, piaskowe i trawiaste), 10 % trasa betonowa, bez Atestu PZLA.

Limit czasu:

1. Limit czasu dla 5 km to 1h/ dla 5 km Nordic Walking 1h (jedna godzina) .
2. Powyżej limitu czasu zawodnicy nie będą klasyfikowani.
3. Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy i zdjęcia numeru (oddania go do organizatora). Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowne do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.
4. Trasa będzie posiadała pionowe oznaczenia dystansu co 1 kilometr licząc od startu do mety.
5. Będzie prowadzony Elektroniczny Pomiar czasu: www.maratonczykpomiarczasu.pl .
6. Bieg będzie prowadzony przez rowerzystę lub trasa biegu będzie dokładnie oznaczona.

Punkty odżywiania. Nie są przewidziane

Punkty odświeżania. Nie są przewidziane

Punkty medyczne – Start/Meta: karetka wraz z ratownikiem/możliwy ratownik na trasie.

XIII. HARMONOGRAM IMPREZY.

9:30 Otwarcie biura zawodów dla biegu głównego.

10:45 Zamknięcie biura zawodów dla biegów dziecięcych.

10:45 Bieg Osób z Niepełnosprawnością

11:00 Biegi Dziecięce.

11:40 Zakończenie biegów dziecięcych.

11:45 Bieg dla Osób z Niepełnosprawnością

11:45 Zamknięcie biura zawodów dla biegu głównego

11:55 Uroczyste powitanie zawodników na starcie.

12:00 Start biegu głównego na 5km.

12:01 Start Nordic Walking na 5 km

12:17 Pierwszy zawodnik 5 km na mecie

12:35 Pierwszy zawodnik Nordic Walking na mecie

13:00 Zamknięcie trasy biegu/ostatni zawodnik na mecie.

13:30 Rozpoczęcie uroczystej dekoracji.

15:00 Uroczyste zakończenie imprezy.

XIV. UCZESTNICTWO.

1. W imprezie prawo startu mają osoby pełnoletnie. Za pełnoletnią uważa się osobę, która ukończyła 18 lat do dnia 17.11.2024r.
Dzieci, które ukończyły 16 lat, mają prawo startu w biegu głównym pod warunkiem podpisania oświadczenia oraz zgody przez rodziców lub opiekunów prawnych na zezwolenie biegu dla dziecka.
2. Wszyscy zawodnicy startujący w biegach muszą poddać się weryfikacji w Biurze Zawodów – Gospodarstwo Rybackie Swaderki w godzinach od godziny 9:30 do 11:45. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód tożsamości ze zdjęciem. Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie przedstawienie przez uczestnika do weryfikacji zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w przedmiotowym biegu lub złożenie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu podpisanego własnoręcznie-podpisania oświadczenia w biurze zawodów (podstawa prawna: *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegółowych zasad i warunków prowadzenia działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej Dz.U. nr 101 poz. 1095 z dn. 12.09.2001*).
3. Decyzje lekarza dotyczące dopuszczenia do biegu i jego kontynuowania są ostateczne i nieodwołalne.
4. Sędzia Główny i Dyrektor Biegu mogą nie dopuścić zawodników do biegu lub nie pozwolić na jego kontynuowanie ze względów regulaminowych.
5. Uczestnicy imprezy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
6. Zawodnicy którzy chcą być dodatkowo klasyfikowani w klasyfikacji w klasyfikacji: Klasyfikacji najlepszy zawodnik/zawodniczka z Gminy Olsztynek lub inne dodatkowe klasyfikacje muszą zaznaczyć na karcie zgłoszenia w stosownej pozycji. Zwycięzcy nagradzani w tych klasyfikacjach będą musieli potwierdzić swoją przynależność organizacyjną stosowną legitymacją lub zaświadczeniem.
7. Osoby z województwa warmińsko-mazurskiego mogą wziąć udział w Oficjalnym Mistrzostwach Województwa Warmińsko Mazurskiego w biegu crossowym na 5 km, osoby takie muszą potwierdzić zamieszkanie w Województwie W-M i zaznaczyć to w odpowiedniej rubryce.
8. Pomiar czasu i ustalenie kolejności będzie dokonywane systemem chipów jednorazowych, bezzwrotnych umieszczonych w numerze startowym. lub zwrotnych (chip należy oddać bezpośrednio po zakończonym biegu).
9. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i jest zobowiązany do jego przestrzegania.
10. Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
11. W dniu biegu nie będzie czynny magazyn depozytów. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione na terenie zawodów.
12. Zawodnicy będą mieć możliwość bezpłatnego korzystania z toalet.

XV. ZGŁOSZENIA.

1. Biuro Organizacyjne Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńka.
2. Zgłoszenia przyjmowane są: przez Internet na stronie www.maratonczykpomiarczasu.pl do dnia **11 Listopada 2024r. do godz. 23:59 lub do dnia w którym zapisy zostaną zakończone lub w dniu biegu 14.07.2024 r. do godz. 11:45.**
3. W razie problemów z zapisami prosimy o kontakt e-mail bezpośrednio do firmy obsługującej zapisy naszego biegu: kontakt@maratonczykpomiarczasu.pl .
4. Wszystkie osoby, które dokonały zgłoszenia do zawodów poprzez formularz elektroniczny zostaną kierowane do automatycznej płatności w systemie Przelewy24 lub inny system płatności. Dopiero po dokonanej wpłacie zawodnik pojawi się na liście startowej, w innej

sytuacji zawodnik automatycznie zostaje skreślony z listy i będzie musiał ponownie przejść system zapisów oraz płatności.

5. Zawodnik jest zobowiązany postępować ściśle według wytycznych systemu Przelewy24 lub innych.
6. Zawodnik zostaje wpisany na listę dopiero po potwierdzeniu z systemu Przelewy24 (lub inny system) o pozytywnie zakończonym procesie płatności.
7. Zawodnicy dokonujący automatycznej płatności poprzez system Przelewy24 (lub inny system) nie są obciążani żadną opłatą prowizyjną wynikającą z transakcji.
8. Podczas płatności za pomocą systemu Przelewy24 (lub inny system) zawodnik wyraża zgodę na przekazanie swoich danych osobowych, takich jak: imię, nazwisko i adres e-mail firmie Przelewy24 (lub inny system), w celach niezbędnych do przeprowadzenia transakcji.
9. Zgłoszenia i opłaty wpisowego przyjmowane są w dniu 11 listopada 2024r. tylko osobiście w Biurze Zawodów w Ośrodek Wypoczynkowy Kołatek w godzinach od 9:30 do 11:45.
10. Terminy przyjmowania zgłoszeń i wpłat mogą ulec zmianie decyzją organizatora.
11. Za zgłoszenie uważa się zarejestrowanie przez zawodnika oraz prawidłowo wypełnionego formularza zgłoszeniowego (karty zgłoszeniowej) oraz wpłacenie opłaty startowej w wysokości:
 - A) 5 km Bieg /Nordic Walking
 - 50,00 zł – wpłata do 14.10.2024r.
 - 75,00 zł - wpłata do 11.11.2024r.
 - 100,00 zł – w dniu zawodów.
12. Opłata startowa nie podlega zwrotowi w żadnych okolicznościach z wyjątkiem jej dokonania po zamknięciu zapisów do biegu.
13. W ramach wpisowego uczestnik otrzymuje:
 - numer startowy;
 - możliwość startu na oznakowanej trasie biegu;
 - bon żywnościowy na ciepły posiłek (Zupa Rybna) lub inna;
 - napój regeneracyjny bezpośrednio po zakończeniu biegu;
 - ulotki i upominki od sponsorów;
 - pamiątkowy medal – po przebiegnięciu biegu;
 - nagrody i statuetki dla najlepszych
14. Osoby zainteresowane noclegami w hotelach proszone są o zwracanie się bezpośrednio do hoteli lub pensjonatów na terenie Gminy Olsztynek:
15. Wydawanie numerów startowych oraz materiałów odbywać się będzie w oznaczonych punktach przyjęć w dniu 17 Listopada 2024r.
16. W każdym biegu wziąć może udział maksymalnie **200 zawodników (limit)**. Na liście startowej będą znajdować się tylko osoby **opłacone**. W przypadku nadania takiej liczby numerów zawodnikom, zapisy zostaną zablokowane. Organizator zastrzega sobie powiększenie limitu zawodników w razie większej ilości chętnych.

XVI. KLASYFIKACJE.

1. W kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn (5km/5km NW) .

➤ **Kobiety:**

K - 20	16-29 lat
K - 30	30-39 lat
K - 40	40-49 lat
K - 50	50-59 lat
K - 60+	60 lat i powyżej

➤ **Mężczyźni:**

M – 20	16-29 lat
--------	-----------

M – 30	30-39 lat
M – 40	40-49 lat
M – 50	50-59 lat
M – 60	60-69 lat
M – 70	70 lat i powyżej

2. Klasyfikacja Oficjalnych Mistrzostw Województwa Warmińsko-Mazurskiego Masters w biegu ulicznym na 5 km (Tylko Zawodnicy i zawodniczki zamieszkali w Województwie W-M)

➤ **Kobiety:**

- W – 35
- W – 40
- W – 45
- W – 50
- W – 55
- W – 60
- W – 65
- W- 70

➤ **Mężczyźni:**

- M – 35
- M – 40
- M – 45
- M – 50
- M – 55
- M – 60
- M – 65
- M – 70
- M – 75
- M – 80

W tej klasyfikacji będziemy dekorować co 5 Lat Kategorię Masters specjalnymi medalami Złoty/Srebrny/Brązowy z Logotypem PZLAM. Jest to klasyfikacja dedykowana tylko zawodnikom i zawodniczkom zamieszkałym na terenie województwa warmińsko-mazurskiego.

UWAGA. Klasyfikacje Wiekowe będą realizowane tylko w przypadku 100 osób zapisanych/opłaconych przed zamkniętymi zapisami Online (przez Internet) na dystans 5km bieg oraz 100 osób na 5km NW, w innym przypadku będziemy dekorować tylko Klasyfikację Generalną.

Zaliczając zawodnika do odpowiedniej kategorii wiekowej, przyjmuje się rok urodzenia, a nie dokładną datę urodzenia. Aby w danej kategorii wiekowej zawodnicy zostali sklasyfikowani, musi ona liczyć minimum 3 zawodników, którzy ukończą bieg w regulaminowym czasie. W przypadku mniejszej ilości zawodników, będą oni sklasyfikowani w kategorii o jeden stopień młodszej.

3. **Klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn (3 miejsc - 5 km bieg/5 km NW).**
4. **Klasyfikacja kategoria wiekowa kobiet i mężczyzn (3 miejsca – 5 km bieg/5 km NW)**
5. **Klasyfikacja Najlepszy Zawodnik i Zawodniczka z Gminy Olsztynek (3 miejsca – tylko bieg).**
6. **Klasyfikacja Najlepszy Zawodnik i Zawodniczka Powiat Olsztyński (3 miejsca-tylko bieg).**
7. **Klasyfikacja Najlepszy Zawodnik i Zawodniczka Województwo W-M (3 miejsca – tylko bieg).**
8. **Klasyfikacja Najlepszy Leśnik (1 Miejsce – K i M)**
9. **Klasyfikacja zespołowa (3 miejsca – 5 km bieg).**

- A. Drużyną zgłoszoną do klasyfikacji zespołowej może być grupa 5 zawodników (w tym co najmniej 1 kobieta) reprezentująca klub sportowy, klub biegacza, stowarzyszenie, firma lub grupa biegowa. Zespół musi posiadać własną nazwę (taką samą dla wszystkich zawodników), jednolitą nazwę.
- B. Drużyna może posiadać dowolną ilość zawodników (nieograniczona liczba zawodników).
- C. **UWAGA WAŻNE:** Nie będzie możliwość zmiany nazwy drużyny po zakończonych zawodach biegowych przez zawodnika.
- D. **UWAGA WAŻNE:** Nie będzie możliwości zamiany nazwy drużyny w biurze zawodów w dniu biegu (17.11.2024 r.). Możliwość zamiany drużyny tylko do dnia zakończenia zapisów Online czyli 11.11.2024 r.

XVII. NAGRODY. (5 km Bieg/5 km NW) (Nagrody Zostaną podane 2 tygodnie przed biegiem)

- 1. W klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn:
 - I miejsce - Statuetka
 - II miejsce - Statuetka
 - III miejsce - Statuetka
- 2. W klasyfikacji wiekowej kobiet i mężczyzn:
 - I miejsce - Statuetka
 - II miejsce - Statuetka
 - III miejsce - Statuetka
- 3. W klasyfikacji Najlepszy Zawodnik i Zawodniczka z Gminy Olsztynek:
 - I miejsce - Statuetka
 - II miejsce - Statuetka
 - III miejsce - Statuetka
- 4. W klasyfikacji Najlepszy Zawodnik i Zawodniczka z Powiat Olsztyński:
 - I miejsce - Statuetka
 - II miejsce - Statuetka
 - III miejsce - Statuetka
- 5. W klasyfikacji Najlepszy Zawodnik i Zawodniczka z Województwo W-M:
 - I miejsce - Statuetka
 - II miejsce - Statuetka
 - III miejsce - Statuetka
- 6. W klasyfikacji zespołowej:
 - I miejsce-Puchar + nagroda rzeczowa (Opcjonalnie)
 - II miejsce- Puchar + nagroda rzeczowa (Opcjonalnie)
 - III miejsce-Puchar + nagroda rzeczowa (Opcjonalnie)

7. Punktacja zespołowa to suma czasów uzyskanych przez 5 zawodników (w tym jedna kobieta) zawodników tworzących zespół, którzy ukończą bieg w regulaminowym czasie. Miejsce pierwsze zajmuje zespół o najmniejszej sumie czasów, a miejsca drugie i trzecie zespoły zajmujące kolejne miejsca w tak utworzonym ciągu. W przypadku uzyskania jednakowej sumy czasów przez dwa zespoły wygrywa zespół, którego zawodnik był klasyfikowany indywidualnie najwyżej w klasyfikacji całego biegu.
8. Wszyscy zawodnicy otrzymują pamiątkowe medale(w razie braku medali, zostaną one dostane na adres zawodnika).
9. Zawodnikom, którzy otrzymają nagrody, zostanie potrącony podatek dochodowy od osób fizycznych, zgodnie z obowiązującymi przepisami podatkowymi.
10. Nagrody Finansowe/Rzeczowe/Bony i ich wysokość zostanie podana nie później niż 2 tygodnie przed zawodami.
11. Nagroda w Oficjalnych Mistrzostwach Województwa Warmińsko-Mazurskiego w Crossie na 5 km będą piękne odlewane medale Złoty/Srebrny/Brazowy.

XVIII. KUMULACJA NAGRÓD.

1. Nagrody w klasyfikacji wiekowej nie kumulują się z nagrodami w klasyfikacji generalnej.
2. Nagrody w klasyfikacji zespołowej mogą kumulować się z nagrodami w pozostałych klasyfikacjach.
3. Nagrody w klasyfikacji zawodnik z Gminy Olsztynek/Powiat Olsztyński/Województwo W-M/Polska/Leśnik mogą kumulować się z nagrodami w innych klasyfikacjach.
4. Nagrody w Oficjalnych Mistrzostwach Województwa Warmiński-Mazurskiego w Corsie na 5 km mogą się dublować.

XIX. ODBIÓR NAGRÓD.

1. Wygrane nagrody finansowe oraz rzeczowe można odebrać tylko osobiście po podpisaniu protokołu odbioru nagród.
2. Zwycięzcy poszczególnych kategorii aby odebrać swoją wygraną muszą stawić się na podium osobiście w innym przypadku nagroda pozostaje w puli organizatora i nie będzie możliwości jej odebrania w późniejszym okresie.
3. Zawodnik musi stawić się na podium osobiście oraz osobiście podpisać protokół odbioru nagród , jest to podyktowane aktualnymi przepisami dotyczącymi odbioru nagród.

XX. ŻYWIENIE I NAWODNIENIE.

1. Na trasie nie będzie punktów żywienia i nawadniania.
2. Po ukończeniu biegu na mecie zawodnicy otrzymają: napój oraz posiłek regeneracyjny oraz różne dodatkowe produkty od partnerów/sponsorów.

XXI. POSTANOWIENIA KOŃCOWE.

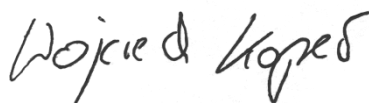
1. Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńka odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu na klatce piersiowej.
3. Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
4. Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy.
5. Organizator Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńka zapewnia ochronę danych osobowych zawodników zgodnie z wymogami ustawy z dn. 14 grudnia 2018 r. o ochronie danych osobowych.

6. Pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne w terminie do 15 minut po zakończeniu biegu. Protesty będą rozpatrywane w czasie do 15 minut od ich zgłoszenia.
7. Wszelkie kwestie sporne dotyczące Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńka rozstrzyga Sędzia Główny lub Organizator Zawodów, jego decyzje są ostateczne i niepodważalne.
8. Organizator nie ubezpiecza uczestników, którzy biorą udział w Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńka na własną odpowiedzialność i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
9. Po upływie limitu czasu biegu tj. po 3 godzin każdy zawodnik przebywający na trasie jest traktowany jak zwykły uczestnik ruchu drogowego.
10. Przewidziana jest możliwość kontroli antydopingowej.
11. Impreza będzie ubezpieczona od nieszczęśliwych wypadków oraz każdy biegacz będzie ubezpieczony od nieszczęśliwych wypadków.
12. Dyrektor Biegu Głównego zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników w formie komunikatów pisemnych wywieszonych na tablicy ogłoszeń obok Biura Zawodów, przed rozpoczęciem imprezy.

XXII. WSPÓŁFINANSOWANIE IMPREZY BIEGOWEJ.

1. **Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńka** jest współfinansowany ze środków budżetu Województwa Warmińsko-Mazurskiego z Departamentu Turystyki i Sportu (Wrota Warmii i Mazur).
2. **Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńka** jest współfinansowany ze środków budżetu Starostwa Powiatowego w Olsztynie z Wydziału Oświaty, Kultury i Kultury Fizycznej w Powiecie Olsztyńskim.
3. **Cross Niepodległości o Puchar Burmistrza Olsztyńka** jest współfinansowany ze środków budżetu Gminy Miejskiej Olsztynek z Biura Sportu i Rekreacji w Olsztyńku.

Swaderki, dn. 25.08.2024r.



Dyrektor Biegu Głównego
Wojciech Kopec