

# REGULAMIN

## IV DUATHLON SZCZECINEK / SZCZECINECKA 5-TKA

17 Maj 2025 r. (Sobota)

### CEL :

1. Promocja Miasta i Gminy Szczecinek
2. Popularyzacja aktywnego spędzania czasu
3. Propagowanie aktywności fizycznej oraz zdrowego stylu życia wśród mieszkańców gminy Szczecinek oraz osób zainteresowanych spoza wymienionego obszaru

### ORGANIZATOR :

1. **KLUB 7PRO SIÓDMIAK TEAM**  
Myśliwska 10A/6, 78-400 Szczecinek, Polska,  
NIP: 6731907309

### WSPÓŁORGANIZATORZY :

1. Urząd Miasta i Gminy Szczecinek
2. Starostwo Powiatowe w Szczecinku
3. Ośrodek Sportu i Rekreacji w Szczecinku
4. Nadleśnictwo Szczecinek
5. SAPIK Szczecinek
6. Zespół Szkół Nr 6 im. St. Staszica w Szczecinku

### TERMIN – MIEJSCE :

1. Zawody odbędą się **17 maja 2025r.**
2. Start duathlonu – godzina 11:00
3. Start biegu na 5km „Szczecinecka 5-tka” – godzina 13:30
4. Biuro zawodów, start, strefy zmian, meta oraz imprezy towarzyszące będą zlokalizowane na terenie obiektów sportowych ZS. Nr 6 przy ul. Stanisława Staszica 15 w Szczecinku .
5. Duathlon - Rywalizacja będzie się odbywać w **formule NON DRAFTING**, co umożliwia start na dowolnych rowerach: **szosowych, triathlonowych, z lemondką (lub bez), przełajach, mtb, miejskich itp.**

## DYSTANSE I TRASA :

Szczegółowy opis trasy oraz mapka dostępne na stronie zawodów . Facebook :  
**Duathlon Szczecinek / Szczecinecka 5-tka .**

<https://www.facebook.com/DuathlonSzczecinek.Szczecinecka5tka>

### 1. BIEG „Szczecinecka 5-tka” :

bieg 5km (3 pętla) , nawierzchnia tartanowa i asfaltowa , Limit czasu ukończenia biegu – 45’

### 2. DUATHLON Szczecinek :

5 km biegu (3 pętla), 20 km kolarstwa (2 pętla), 2,5 km biegu (2 pętla) ,

- I część zawodów: bieg 5km (3 pętla) , nawierzchnia tartanowa i asfaltowa, Limit czasu ukończenia biegu – 50’

- II część zawodów rower 20 km (2 pętla) na trasie: Świątki - Trzesieka (ul.Wilczkowska) . Trasa lekko pofalowana i bardzo szybka – nowa nawierzchnia asfaltowa. Podczas konkurencji rowerowej obowiązują zasady ruchu drogowego (ruch prawostronny). Na całej trasie ruch drogowy zamknięty. Zawody w konwencji bez draftingu! ( zabroniona jest jazda na rowerze w odległości mniejszej niż 10m za innym zawodnikiem). Dozwolone są wszystkie typy rowerów. Kask obowiązkowy. W przypadku awarii roweru w trakcie przejazdu należy usunąć się wraz z nim na pobocze drogi w ten sposób, aby nie zakłócić przebiegu wyścigu. Limit czasu ukończenia biegu 1 i jazdy rowerem– 1h45’.

- III część zawodów: bieg 2,5km (2 pętla), nawierzchnia tartanowa i asfaltowa . Limit czasu ukończenia zawodów 2h15’

## LIMIT ZAWODNIKÓW :

- BIEG „Szczecinecka 5-tka” – 120 osób.
- Duathlon – 120 osób.

## HARMONOGRAM ZAWODÓW :

### DUATHLON

- 9:00 – 10:30 wydawanie pakietów startowych Duathlon
- 9:00 – 10:30 – wstawianie rowerów do strefy zmian,
- 11:00 – **start Duathlon Szczecinek**
- 13:30– 14:30– wydawanie rowerów ze strefy zmian
- 14:30 – dekoracje i wręczenie nagród zawodnikom,

### Bieg „Szczecinecka 5-tka”

- 12:00 – 13:00 – wydawanie pakietów startowych „Szczecinecka 5-tka”
- 13:30 – **start biegu „Szczecinecka 5-tka”**
- 14:30 dekoracje i wręczenie nagród zawodnikom

## **OPŁATY STARTOWE I PAKIET STARTOWY :**

### **BIEG „Szczecinecka 5-tka”**

Wpłata do 28.02 2025: 59 pln

Wpłata do 5 maja 2025: 79 pln

Wpłata po 5 maja 2025 i w dniu zawodów : 89 pln

### **DUATHLON**

Pierwsze 25 pakietów : 139 pln

Wpłata do 28 lutego 2025 : 199 pln

Wpłata do 5 maja 2025 : 229 pln

Wpłata po 5 maja 2025 i w dniu zawodów : 249 pln

1. Opłatę startową można uiścić korzystając z opcji płatności elektronicznych Przelewy24 paypo , dostępnych w formularzu zapisów elektronicznych pod adresem : <https://www.zapisy.maratonczyk pomiarczasu.pl/pl/duathlon-szczecinek>
2. Opłata za udział nie ulega zwrotowi w przypadku rezygnacji zawodnika ze startu.
3. Za pełne zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego i uregulowanie opłaty startowej.

## **W RAMACH PAKIETU STARTOWEGO ZAWODNIK OTRZYMUJE :**

- medal na mecie
- skarpetki / komin z logo imprezy
- numer startowy
- komplet naklejek na rower i kask ( dla duathlonu )
- zwrotny chip
- wyżywienie w strefie finiszera
- woda, izotonik owoce na mecie i punktach odżywczych
- profesjonalny pomiar czasu + wynik przesłany sms
- nadzór licencjonowanych sędziów na trasie zawodów
- zabezpieczenie medyczne zawodów

## **KLASYFIKACJE :**

### **BIEG „Szczecinecka 5-tka” :**

1. OPEN Kobiet i Mężczyzn .
2. Kategorie wiekowe:  
  
K/M: (14-19 lat),  
K/M 20 (20-29 lat),  
K/M 30 (30-39 lat),  
K/M 40 (40-49 lat),  
K 50+ (50-99 lat),  
M 50 (50-59 lat),  
M60+
3. Najlepsza Zawodniczka/Najlepszy Zawodnik powiatu Szczecinek (3 miejsca)

### **DUATHLON :**

1. OPEN Kobiet i Mężczyzn .
2. Kategorie wiekowe:  
  
K/M: (16-19 lat),  
K/M 20 (20-29 lat),  
K/M 30 (30-39 lat),  
K/M 40 (40-49 lat),  
K 50+ (50-99 lat),  
M 50 (50-59 lat),  
M60+

## **NAGRODY :**

### **BIEG „Szczecinecka 5tka” :**

1. Każdy finalista zawodów otrzyma na mecie pamiątkowy medal.
2. Zdobywcy miejsc **I-III w klasyfikacji OPEN** mężczyzn i OPEN kobiet otrzymają **pamiątkowe statuetki, nagrody rzeczowe i finansowe w postaci voucherów**.
3. Zdobywcy miejsc **I-III w kategoriach wiekowych** kobiet i mężczyzn, kategorii powiatowej otrzymają **pamiątkowe statuetki** i w zależności od uzyskanych sponsorów **drobne nagrody rzeczowe**.
4. Dokładne wartości nagród zostaną opublikowane na stronie organizatora : <https://www.facebook.com/DuathlonSzczecinek.Szczecinecka5tka/>
5. Nagrody nie dublują się - osoby nagrodzone w klasyfikacji OPEN nie są nagradzane w ramach kategorii wiekowej – nagroda cedowana jest na kolejną osobę w danej kategorii wiekowej

#### **DUATHLON :**

1. Każdy finalista zawodów otrzyma na mecie pamiątkowy medal.
2. Zdobywcy miejsc **I-III w klasyfikacji OPEN** mężczyzn i OPEN kobiet otrzymają **pamiątkowe statuetki, nagrody rzeczowe i finansowe w postaci voucherów** .
3. Zdobywcy miejsc **I-III w kategoriach wiekowych** kobiet i mężczyzn otrzymają **pamiątkowe statuetki** i w zależności od uzyskanych sponsorów **drobne nagrody rzeczowe**.
4. Dokładne wartości nagród zostaną opublikowane na stronie organizatora : <https://www.facebook.com/DuathlonSzczecinek.Szczecinecka5tka/>
5. Nagrody nie dublują się - osoby nagrodzone w klasyfikacji OPEN nie są nagradzane w ramach kategorii wiekowej – nagroda cedowana jest na kolejną osobę w danej kategorii wiekowej

- W przypadku przyznawania nagród finansowych odbiór odbywa się osobiście – tylko bezpośrednio po dekoracji – nagroda wypłacana jest w gotówce w biurze zawodów. Warunkiem otrzymania nagrody finansowej jest konieczność uczestniczenia w dekoracji.

- Odbiór nagród może nastąpić wyłącznie podczas kończącej zawody ceremonii wręczenia nagród

- Nie ma możliwości wymiany nagród rzeczowych

### Warunki uczestnictwa:

1. Prawo startu w **Duathlonie** posiadają osoby, które w dniu 17.05.2025 r. będą miały **ukończone 16 lat**, oraz stan zdrowia będzie pozwalał na udział w zawodach.
2. Prawo startu w **biegu „Szczecinecka 5-tka” mają zawodnicy od 14-tego roku życia**, którzy zobowiązani są do dostarczenia podpisanej zgody opiekuna.
3. **Każdy uczestnik zawodów** jest zobowiązany do własnoręcznego podpisania oświadczenia o starcie z własnej woli i na własne ryzyko.
4. Podczas zawodów, jesteśmy sportowcami, jesteśmy fair; przestrzegamy Regulaminu Zawodów, asekurujemy się i dbamy o własne oraz innych zawodników bezpieczeństwo! Zachowania nie fair, powodujące zagrożenie dla zawodników, niebezpieczne, śmiecenie poza miejscami do tego wyznaczonymi – będą powodowały kary z wykluczeniem włącznie.
5. Każdy uczestnik musi wypełnić zgłoszenie, umieszczone na stronie zawodów oraz opłacić startowe.
6. Każdy, stając na linii startów w zawodach, tym samym akceptuje regulamin oraz oświadcza, że jego stan zdrowia zezwala na udział w tych zawodach.
7. W zawodach biorą udział osoby, które zapisały się przez formularz zapisów, opłaciły startowe oraz podpisały oświadczenie w biurze zawodów przy odbiorze pakietu.
8. Podczas etapu kolarskiego obowiązkowym jest posiadanie zapiętego na głowie kasku rowerowego. W przypadku awarii roweru w trakcie przejazdu należy usunąć się wraz z nim na pobocze drogi w ten sposób, aby nie zakłócić przebiegu wyścigu.
9. Podczas weryfikacji zawodnicy niepełnoletni powinni posiadać legitymację szkolną lub inny dokument celem weryfikacji danych osobowych oraz wieku.
10. Rodzic/opiekun prawny dziecka dokonując jego zgłoszenia do zawodów oświadcza, że stan zdrowia dziecka pozwala mu na start w rywalizacji sportowej w której dziecko będzie wykonywać intensywny wysiłek fizyczny. Rodzic oświadcza, że wyraża zgodę na start dziecka w zawodach i czyni to na własną odpowiedzialność.
11. W razie konieczności udzielenia jakiegokolwiek pomocy medycznej podczas trwania zawodów, decyzje obsługi medycznej co do kontynuowania biegu należy traktować jako ostateczne i niezmiennie.

### POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Zawody odbywać się będą bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.
3. Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.
4. Protesty należy składać pisemnie, w terminie do godziny 14:10 w dniu zawodów.
5. Reklamacje związane z ewentualnymi błędami przy pomiarze czasu należy zgłaszać bezpośrednio po zawodach na adres: duathlonszczecinek@gmail.com
6. Wszystkich zawodników startujących obowiązuje niniejszy regulamin. Rejestracja jest równoznaczna z akceptacją regulaminu.
7. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy bez podawania przyczyn.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany trasy.
9. Organizator zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian oraz ostatecznej interpretacji regulaminu.
10. W sprawach nieuregulowanych tym Regulaminem, stosuje się odpowiednio przepisy Polskiego Związku Triathlonu.
11. Odbiór pakietów startowych jest możliwy wyłącznie w trakcie godzin otwarcia biura zawodów. Pakiety, które nie zostaną odebrane w godzinach otwarcia biura, nie będą wydawane ani rozsyłane w późniejszym terminie.

12. Użytkowanie wszelkich narzędzi komunikacji jak telefony komórkowe, krótkofalówki, radio itp. Oraz odtwarzaczy muzycznych jest zakazane.