

REGULAMIN

„Zimowa Zabawa Biegowa w Lesie w Międzyborzu - Zielona Bieżnia 2025” z Gminnym Ośrodkiem Sportu w Koźminie Wlkp. WALERIANÓW- POGORZAŁKI MAŁE - MIĘDZYBORZE - 23.02.2025 r.

I. Cel imprezy:

1. Popularyzacja biegów jako jednej z form aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu.
2. Upowszechnienie rekreacji wśród dorosłych, dzieci i młodzieży.
3. Edukacja leśna społeczeństwa, upowszechnianie wiedzy o środowisku leśnym i świadomym korzystaniu z rekreacyjno-sportowo-turystycznych walorów Lasów Państwowych, a w szczególności lasów nam najbliższych „Zielona Bieżnia” w Nadleśnictwie Piaski.
4. Prezentacja walorów krajoznawczych Koźmina Wlkp. i okolicy.
5. Poznanie dróg, szlaków, ścieżek, przebiegających w okolicach Miasta i Gminy Koźmin Wielkopolski

II. Organizatorzy:

- Gminny Ośrodek Sportu w Koźminie Wielkopolskim
- Akademia Piłkarska Biały Orzeł Koźmin Wielkopolski

Wspierają nas:

- Nadleśnictwo Piaski
- Leśnictwo Międzyborze
- Urząd Miasta i Gminy w Koźminie Wlkp.
- Sołectwo Walerianów
- OSP Koźmin Wlkp. - jednostki z terenu gminy
- Koło Gospodyń Wiejskich Walerianów- Pogorzałki Małe

III. Termin i miejsce.

Biegi odbędą się **w niedzielę, 23 lutego 2025 r.**

Start i meta – **okolice sali wiejskiej w Walerianowie k. Koźmina Wlkp.**

Trasa będzie przebiegała drogami o nawierzchniach: głównie szutrowej, trawiastej, po polnych i leśnych ścieżkach w małym fragmencie asfaltowej

W zależności od warunków atmosferycznych na trasie biegu mogą wystąpić odcinki śnieżne, błotniste, kałuże, oblodzenia, przewalone lub złamane drzewa, wystające korzenie drzew, pni po ściętych drzewach, gałęzie, dziury w ziemi i inne nierówności terenu, suche gałęzie, szyszki i kamienie itp. leżące na ziemi, koleiny występujące po pracach polnych i leśnych.

IV. Orientacyjny harmonogram imprezy oraz przewidywane dystanse.

Dystanse Biegu:

do 2km – przełajowy bieg dziecięco-młodzieżowy „Zabawa Biegowa”

ok. 5 km – bieg przełajowy „Mała Zabawa Biegowa”

ok. 10 km – bieg przełajowy „Duża Zabawa Biegowa”

+ AKTYWNOŚĆ TOWARZYSZĄCA – MARSZ „ZIMOWY NORDIC WALKING”

na dystansie **ok 5 km**

UWAGA BIEGACZE!

Dystans 10 km jest zaliczany do Grand Prix Powiatu Krotoszyńskiego w Biegach.

Osoby, które chcą być uwzględnione w ww. klasyfikacji w roku 2025

proszone są o potwierdzenie udziału zaznaczając odpowiednią opcję

w formularzu zgłoszeniowym podczas dokonywania zapisów!

Potwierdzenie udziału/Rejestracja w Biurze Biegu w godzinach: 10⁰⁰ - 11⁴⁵

Start biegów na dystansach:

do 2 km – bieg „Zabawa Biegowa” - 12:00

ok. 5 km marsz „ZIMOWY NORDIC WALKING – 12:15

ok. 5 km – bieg „Mała Zabawa Biegowa” – 12:30

ok. 10 km – bieg „Duża Zabawa Biegowa” – 12:20

„Przewidywany maksymalny limit czasu na pokonanie dystansu 5 i 10 km to 1,5 godziny.

Planowane dekoracje godz. 14:30, zakończenie imprezy to godzina 15:00.

V. Uczestnictwo:

- planowana liczba uczestników to **200 osób,**

- wszyscy zawodnicy startujący w biegu, marszu muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w dniu 23.02.2025 r. w godzinach 10:00 – 11:45, podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty lub inny dokument ze zdjęciem umożliwiającą identyfikację,

- w biegu „Mała Zabawa Biegowa” oraz „Duża Zabawa Biegowa” mogą uczestniczyć zawodniczki/zawodnicy, którzy w dniu imprezy mają ukończone **16 lat i starsi,**

- w biegu przełajowym dziecięco-młodzieżowym „Zabawa Biegowa” mogą uczestniczyć zawodniczki i zawodnicy, w wieku: kat I (2013,2014,2015); kat II (2010,2011,2012); kat III (2008,2009),

- w marszu „Zimowy Nordic Walking” mogą uczestniczyć zawodniczki/zawodnicy, bez względu na wiek, osoby niepełnoletnie za pisemną zgodą, a dzieci do 10 roku życia dodatkowo pod opieką rodzica/opiekuna prawnego,

- osoby niepełnoletnie startują pod warunkiem posiadania pisemnej zgody rodzica/opiekuna prawnego (załącznik nr 1),

- każdy zawodnik startuje na swoją odpowiedzialność, musi wypełnić oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zawodach, co potwierdza złożeniem podpisu pod oświadczeniem o zdolności do udziału w biegu podczas odbioru numerów startowych,

- każdy zawodnik musi wyrazić zgodę na przetwarzanie danych osobowych i jego wizerunku dla celów weryfikacji zawodnika oraz umieszczenia w komunikacie końcowym, a także dla celów marketingowych biegu,

- każdy zawodnik ma obowiązek zapoznania się z regulaminem i zobowiązany jest do jego przestrzegania,

- **rejestracja i pobranie numeru startowego jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu biegu, marszu**

- nie wolno niszczyć otaczającej Państwa przyrody świata roślin i zwierząt,

- wszyscy uczestnicy mają obowiązek zapoznać się z dokumentem „Informacja o zagrożeniach w lesie”, który prezentujemy poniżej:

INFORMACJA O ZAGROŻENIACH JAKIE MOGĄ WYSTĄPIĆ W LESIE

1. Suche drzewa, które celowo są pozostawione do naturalnego rozpadu i w każdej chwili mogą się przewrócić.
2. Konary drzew, które mogą w każdej chwili spaść.
3. Drzewa z widocznymi owocnikami grzybów, które mogą się przewrócić.
4. Przewalone lub złamane drzewa.
5. Nierówny teren. Wystające korzenie drzew, pni po ściętych drzewach, gałęzi, dziury w ziemi i inne nierówności terenu.
6. Suche gałęzie, szyszki i kamienie itp. leżące na ziemi.
7. Koleiny występujące po pracach leśnych.
8. Tłuczeń na drogach szutrowych nadleśnictwa.
9. Strome zbocza wynikające z ukształtowania terenu.
10. Trwające prace leśne, takie jak np. ścinka drzew, zrywka, wywóz. Miejsca,

w których tego typu prace są prowadzone, są objęte zakazem wstępu i są oznaczane tablicami ostrzegawczymi, ustawionymi na drogach i szlakach leśnych. Należy bezwzględnie stosować się do zakazu poruszania się po tych terenach.

11. Drogi leśne. W lesie należy zachować szczególną ostrożność, ponieważ leśnymi drogami mogą poruszać się ciężki sprzęt leśny, pojazdy Służby Leśnej i inne.
12. Dzikie zwierzęta – pogryzienie, użądlenie, ukąszenie, zranienie lub stratowanie oraz możliwość zarażenia wścieklizną i boreliozą, a jad niektórych owadów może wywoływać groźne reakcje alergiczne.
13. Niekorzystna pogoda - (burza, silny wiatr, zalegający na drzewach śnieg lub na drogach lód) zwiększa się ryzyko nieszczęśliwych wypadków. W takiej sytuacji każde drzewo może się przewrócić, złamać itp.
14. Niewypały i niewybuchy z czasów wojny.
15. Polowania regulujące liczebność zwierzyny.
16. Wnyki, sidła i inne pułapki stosowane przez kłusowników. W takiej sytuacji należy bezwzględnie się oddalić i niezwłocznie zawiadomić służby leśne.
17. Organizmy i substancje wywołujące reakcje alergiczne.
18. Występujące w lesie trujące lub mogące wywołać poparzenia rośliny i grzyby.

Prosimy o zapoznanie się z w/w zagrożeniami.

Część zagrożeń w lesie jest oznakowana odpowiednimi tablicami, należy się do tych ostrzeżeń lub zakazów bezwzględnie stosować.

VI. Zgłoszenia

Zgłoszenia do udziału w zawodach można dokonać jedynie drogą elektroniczną dostępną na stronach internetowych:

Gminnego Ośrodka Sportu w Koźminie Wielkopskim

Panelu Maratończyk Pomiar Czasu (maratonczykpomiarczasu.pl)

ZAPISY ZOSTANĄ ZAMKNIĘTE w niedzielę, 09 lutego 2025 r., O GODZ. 23:59 LUB WCZEŚNIEJ PO OSIĄGNIĘCIU LIMITU 200 UCZESTNIKÓW.

VII. Opłata startowa na dystansach:

- do 2km wynosi **25 zł**

- 5 km i 10 km wynosi **50 zł**

- „Zimowy Nordic Walking” wynosi **25 zł**

Opłaty startowej można dokonać:

a) osobiście w biurze GOS w Koźminie Wlkp. w godzinach 10:00 – 16:00,

kompleks sportowy ul. Floriańska 21,

b) przelewem na konto bankowe: Akademii Piłkarskiej Biały Orzeł Koźmin Wlkp.,

ul. Floriańska 21 , 63-720 Koźmin Wlkp.

w **BS Jarocin** numer konta: **86 8427 0009 0113 4588 2000 0003**

w tytule przelewu prosimy podać: Imię i Nazwisko uczestnika + Zimowa Zabawa Biegowa 2025

(liczy się data zaksięgowania na koncie bankowym)

Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz uiszczenie opłaty startowej

do 09 lutego 2025 r. (liczy się data zaksięgowania na koncie bankowym)

W ramach wpisowego Organizator zapewnia;

- elektroniczny pomiar czasu,

- pakiet startowy z niespodzianką i bezzwrotnym numerem startowym,

- posiłek regeneracyjny po biegu, na mecie ciepłą herbatę/kawę lub wodę,

- do 09.02.2025 r. opłata startowa może być zwrócona, przekazana innej osobie,
- po 09.02.2025 r. opłata startowa jest bezzwrotna.

VIII. Sekretariat Biegu czynny w dniu zawodów 10⁰⁰ - 11⁴⁵,

Pakiety startowe będzie można również odbierać w **piątek, 23.02.2024 w godzinach 10⁰⁰ – 16⁰⁰**, w biurze GOS -u, ul. Floriańska 21, **SZCZEGÓLNIIE ZALECANE MIESZKAŃCOM MiG KOŹMIN WLKP. i OKOLIC !**

IX. Klasyfikacja i nagradzanie biegów na dystansach:

- ➔ medal okolicznościowy dla wszystkich uczestników biegu i marszu,
- ➔ **do 2 km** (z podziałem na kat. kat I (2013,2014,2015); kat II (2010,2011,2012); kat III (2008,2009) - **(start wspólny)**
- GENERALNA Dziewczęta, puchary za miejsca I - III
- GENERALNA Chłopcy, puchary za miejsca I – III

➔ 5 km, 10 km prowadzona będzie w następujących kategoriach:

- GENERALNA KOBIET, puchary za miejsca I - III
- GENERALNA MĘŻCZYZN, puchary za miejsca I – III
- NAJWYŻEJ SKLASYFIKOWANA MIESZKANKA MiG KOŹMIN WLKP, dyplomy za miejsca I - III
- NAJWYŻEJ SKLASYFIKOWANY MIESZKANIEC MiG KOŹMIN WLKP, dyplomy za miejsca I – III

➔ **MARSZ „ZIMOWY NORDIC WALKING”** na dystansie **ok. 5 km** **klasyfikacja towarzyska** najwyżej sklasyfikowana/y uczestniczka/uczestnik

W MIARĘ POSIADANYCH ŚRODÓW FINANSOWYCH MOŻLIWE DODATKOWE NAGRODY

X. Postanowienia końcowe

- ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do organizatora,
- z przyczyn niezależnych od organizatora, impreza może zostać przeniesiona na inny termin lub odwołana,
- organizator nie odpowiada za ewentualne kontuzje, kradzieże, straty wynikłe podczas imprezy,
- organizator nie zapewnia depozytu,
- **organizator ubezpiecza uczestników od NNW w minimalnym zakresie, zalecane ubezpieczenie we własnym zakresie,**
- w okolicach miejsca startu-mety organizator nie zapewnia szatni,
- zawodniczki/zawodnicy z dystansu 10 km, mogą brać udział w klasyfikacji Grand Prix Powiatu Krotoszyńskiego w Biegach edycja 2025, więcej informacji oraz Regulamin Grand Prix na stronie starostwa powiatu krotoszyńskiego,
- **osoby wpisane na listę zgłoszeniową wyrażają zgodę na wykorzystanie i przetwarzanie danych osobowych w bazach danych organizatorów imprezy w celach organizacyjnych i marketingowych oraz umieszczenie na stronach internetowych imienia, nazwiska, roku urodzenia i miejsca zamieszkania zgodnie z art. 13 ust. 1 i ust. 2 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 roku.**

UWAGA !!! ORGANIZATOR ZASTRZEGA SOBIE PRAWO DO ZMIAN W REGULAMINIE