



Regulamin III Biegu Rogowskiego

Cel:

- Popularyzacja biegania jako najprostszej i najtańszej formy ruchu;
- Popularyzacja masowych biegów na terenie Gminy Rogowo;
- Popularyzacja Nordic Walking na terenie Gminy Rogowo;
- Promocja pięknych terenów okolic Rogowa;
- Promocja cyklu biegowego Grand Prix Pałuk.

Organizator:

- Uczniowski Klub Sportowy „KOZIKI” ZPS Rogowo (Chojnacki Łukasz tel. 665208025, Michalczak Maciej tel. 663467437)

Współorganizatorzy:

- Gmina Rogowo
- Szkoła Podstawowa w Rogowie
- Starostwo Powiatowe w Żninie

Termin:

- 23.08.2025r. (sobota) .
- godzina 18.00 – bieg główny na dystansie 5 km.
- godzina 18.10 – Nordic Walking na dystansie 5 km.
- około 19.30 – planowane ceremonia zakończenia i wręczenie nagród.

Miejsce:

- Plaża w Rogowie

Dystans:

- 5 km bieg uliczny zaliczany do Grand Prix Pałuk
- 5 km Nordic Walking
- biegi dziecięce – kategoria :
 - 2018-2016 (klasy 0, 1, 2)
 - 2015 -2014 (klasy 3 i 4)
 - 2013 -2012 (klasy 5 i 6)



Trasa:

Bieg odbędzie się różnymi ulicami i drogami Gminy Rogowo i drogami Starostwa Powiatowego.

Start i Meta: plaża w Rogowie.

Obowiązuje ruch prawostronny.

Punkty z wodą na plaży w Rogowie oraz na trasie biegu – (2 punkty).

Pomiar czasu w biegu i marszu na 5 km:

Pomiar czasu dokonywany będzie elektronicznie. Chip należy umieścić w sznurowadłach buta bądź na wysokości kostki. Jego brak podczas biegu skutkować będzie dyskwalifikacją. Po biegu należy wydany chip zwrócić do stanowiska firmy obsługującej pomiar czasu. Brak zwrotu spowoduje brak ujęcia w komunikacie końcowym oraz dyskwalifikację.

Uczestnictwo i zgłoszenia:

Warunkiem uczestnictwa jest weryfikacja w biurze zawodów oraz podpisanie oświadczenia o starcie na własną odpowiedzialność. W przypadku osób niepełnoletnich wymagana będzie pisemna zgoda opiekuna prawnego.

Osoby w wieku do 18 lat (które w dniu biegu tj. 23 sierpnia 2025 nie osiągnęły jeszcze pełnoletniości) zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL lub nr dowodu osobistego.

- Biuro zawodów biegu głównego mieści się na plaży w Rogowie, czynne od 16.00 –17.45 .
- Na parkingu przy kościele będzie zorganizowany parking dla biegaczy i Nordic Walking, dodatkowy parking przy ulicy Przybrzeżnej.
- W ramach opłaty dla zawodników w biegu i marszu na 5 km : pakiet startowy (nr startowy, woda , opieka medyczna).

Klasyfikacja i Kategorie: bieg na 5 km

- Klasyfikacja Open kobiet i mężczyzn w biegu głównym na 5 km
- Kategorie wiekowe kobiet:
 - ✓ K 16 -19 lat
 - ✓ K 20-29 lat
 - ✓ K 30-39 lat
 - ✓ K 40- 49 lat
 - ✓ K 50- 59 lat
 - ✓ K 60-69 lat
 - ✓ K 70 lat +



- Kategorie mężczyzn:
 - ✓ M 16 -19 lat
 - ✓ M 20-29 lat
 - ✓ M 30-39 lat
 - ✓ M 40- 49 lat
 - ✓ M 50- 59 lat
 - ✓ M 60-69 lat
 - ✓ M 70 lat +

Kategorie: Nordic Walking na 5 km

- Kategorie wiekowe kobiet:
 - ✓ K 16 -29 lat
 - ✓ K 30-49 lat
 - ✓ K 50-59 lat
 - ✓ K 60 lat +
- Kategorie wiekowe mężczyzn:
 - ✓ M 16 -29 lat
 - ✓ M 30-49 lat
 - ✓ M 50-59 lat
 - ✓ M 60 lat +

Klasyfikacja zespołowa (drużynowa):

- W kategorii zespołowej będą nagrodzone drużyny, z których co najmniej 5 zawodników (w tym co najmniej jedna kobieta) ukończy bieg.
- Klasyfikacja będzie tworzona na podstawie sumy czasów. **Pierwsze sześć drużyn otrzyma pamiątkowy puchar.**
- Drużyną zgłoszoną do klasyfikacji zespołowej może być formalna lub nieformalna grupa osób reprezentująca miasto, klub sportowy, stowarzyszenie, grupę przyjaciół, lokalne społeczności itp.
- Drużynę do klasyfikacji zespołowej zgłaszamy w panelu zapisów wpisując nazwę drużyny w rubryce klub sportowy – zwracamy uwagę, aby była jednakowa czcionka, małe i duże litery.

Nagrody i wyróżnienia:

- Klasyfikacja biegu na 5 km Open kobiet i mężczyzn I- III miejsce puchar i nagroda rzeczowa.
- W kategoriach wiekowych biegu i Nordic Walking na 5 km kobiet i mężczyzn m-ca I-III puchar za 1,2,3 miejsce.



- Na mecie dla każdego zawodnika w biegu i marszu NW na 5km wyjątkowy **pamiątkowy medal i koszulka sportowa**.
- Puchar ufundowany przez Prezesa UKS „KOZIKI” ZPS Rogowo dla **najlepszego zawodnika** reprezentującego Gminę Rogowo.

Postanowienia końcowe:

- Bieg i marsz na 5 km rozegrany będzie bez względu na warunki pogodowe zgodnie z przepisami PZLA
- Z przyczyn niezależnych od Organizatora i Współorganizatorów, istnieje możliwość, zmiany terminu III Biegu Rogowskiego
- Interpretacja regulaminu należy do organizatora
- W przypadku wystąpienia zagrożenia bezpieczeństwa uczestników organizator ma prawo odwołać zawody lub przenieść na inny termin
- Uczestnicy zawodów muszą stosować się do zaleceń sanitarnych
- Opłata startowa nie podlega zwrotowi w każdym przypadku.

Zgłoszenia- zapisy

- Na stronie internetowej www.maratonypolskie.pl , maratonczykpomiarczasu.pl
- Ustalony został limit **250** uczestników biegu i marszu Nordic Walking.
- **Płatności należy dokonywać na konto Uczniowskiego Klubu Sportowego „KOZIKI” ZPS ROGOWO w terminie do 15.08.2025r. podając w tytule przelewu imię i nazwisko zawodnika oraz miejscowość.**
- Bieg na 5 km - od ruszenia z zapisami do 31 maja kwota 70 zł; - od 1 czerwca do 31 lipca kwota 80 zł; - od 1 sierpnia do 15 sierpnia kwota 100 zł; po 15 sierpnia zapisy zamknięte, bez możliwości zapisywania.
- Nordic Walking na 5 km - od ruszenia zapisów do 31 maja kwota 70 zł; - od 1 czerwca do 31 lipca kwota 80 zł; - od 1 sierpnia do 15 sierpnia kwota 100 zł; po 15 sierpnia zapisy zamknięte.
- Dzieci zapisujemy na stronie internetowej www.maratonypolskie.pl , <https://panel.maratonczykpomiarczasu.pl/>



Oplata startowa nie podlega zwrotowi.

- W pakiecie startowym w kwocie 60 zł (pamiątkowy medal, koszulka, woda.)

Dane do przelewu:

UKS „KOZIKI” ZPS ROGOWO

BS Oddział Strzelno

Nr rachunku: 68 8159 0003 2003 0040 8558 0001

W tytule przelewu prosimy wpisać imię i nazwisko zawodnika, miejscowość.