

Regulamin

IV Biegu Patrolowego im. hr. A. Bnińskiego

I. MIEJSCE, TERMIN I ORGANIZATORZY

1. Zespół pałacowo – parkowy w Gułtowach, 14.06.2025 r.
2. Przyjazd drużyn i ich rejestracja: 09.00 - 09.45
3. Start pierwszych patroli: 10.00
4. Zakończenie zawodów ok. godz. 13.00
5. Organizatorami biegu są: Gmina Kostrzyn, Sołectwo Gułtowy, GOSTiR w Kostrzynie, Szkoła Podstawowa im. Arkadego Fiedlera w Gułtowach z Radą Rodziców, UKS Victoria Gułtowy, GKS Gułtowy, Koło Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Gułtowach, Wolontariusze

II. CELE BIEGU

1. Promowanie aktywności sportowej i zdrowego stylu życia.
2. Aktywizacja i integracja lokalnych społeczności poprzez sport.
3. Popularyzacja terenowych zabaw i gier.
4. Promowanie wolontariatu w sporcie.
5. Spędzenie wolnego czasu w miłej atmosferze zdrowej rywalizacji.

III. PROGRAM BIEGU I UCZESTNICY

Bieg odbędzie się w formie rywalizacji drużynowej – patroli trzyosobowych (składy mogą być mieszane pod względem płci) w 4 kategoriach wiekowych.

IV. SPOSÓB PRZEPROWADZENIA BIEGU

1. Bieg rozegrany będzie na dystansie ok. 2,2 km (dla kat. 2010 i młodszych) i ok. 3,0 km (dla kat. Open) na czas i punkty zdobywane za wykonywanie zadań na stanowiskach kontrolnych.
2. Czas biegu uzyskuje się z chwilą przebiegnięcia przez linię mety ostatniego zawodnika z danego patrolu.
3. Każdy patrol otrzymuje przy rejestracji kartę biegu, na której sędziowie wpisują liczbę punktów zdobytych za wykonane zadanie na poszczególnych punktach kontrolnych.

V. PRZYKŁADOWE ZADANIA NA STANOWISKACH KONTROLNYCH

1. Zagadki geograficzne:

- kapitan patrolu wybiera losowo nr pytania,
- po wspólnym uzgodnieniu, odpowiedzi udziela jeden, wyznaczony uczestnik.

2. Przejście przez ścianę strażacką:

- każdy uczestnik patrolu przechodzi przez ścianę dowolnym sposobem.

3. Wspinanie po linie:

- każdy uczestnik wspina się po linie w dowolny sposób aż do dotknięcia ręką szarfy umieszczonej na linie:
 - dla trzech kategorii młodszych – niebieskiej,
 - dla kategorii Open – czerwonej.

4. Udzielenie pierwszej pomocy przedmedycznej:

- wyznaczeni dwaj uczestnicy patrolu wykonują prawidłową resuscytację krążeniowo – oddechową,

5. Przeniesienie „rannego” na krzeselku:

- uczestnicy biegu przenoszą „rannego” na „krzeselku” utworzonym ze splecionych dłoni dwóch pozostałych na dystansie 30 m, mierzony czas.

6. Krajoznawstwo – Kostrzyn i okolice:

- kapitan patrolu wybiera losowo nr pytania,
- po wspólnym uzgodnieniu, odpowiedzi udziela jeden, wyznaczony uczestnik.

7. Czołganie się pod siatką:

- liczony jest czas przeczołgania się pod siatką mierząc czas startu pierwszego do przeczołgania się ostatniego uczestnika do wyznaczonej linii.

8. Quiz historyczny – Kostrzyn i okolice:

- kapitan patrolu wybiera losowo nr pytania,
- po wspólnym uzgodnieniu, odpowiedzi udziela jeden wyznaczony uczestnik.

9. Rzut „granatem” do celu:

- każdy uczestnik patrolu oddaje po 1 rzucie „granatem” do ułożonego na ziemi punktu – kwadratu 1 m x 1 m.

10. Zagadki przyrodnicze – flora i fauna Nadleśnictwa Czerniejewo:

- kapitan patrolu wybiera losowo nr pytania,
- po wspólnym uzgodnieniu, odpowiedzi udziela jeden uczestnik.

11. Strzelnica – strzelanie do tarczy z wiatróvky:

- każdy uczestnik patrolu oddaje po 1 strzale do tarczy – zlicza się sumę punktów zaliczoną na tarczy.

12. Strzał do bramki piłkarskiej:

- każdy uczestnik oddaje 1 strzał do bramki zasłoniętej „łapaczem” z otworami.

UWAGA: organizatorzy informują, że ze względu na możliwości sprzętowe oraz kadrowe podane wyżej przykładowe zadania mogą być zmienione.

VI. ZGŁOSZENIA I ZASADY UCZESTNICTWA

1. Drużyny (patrole) potwierdzają swój udział w wybranych kategoriach poprzez system zapisów - kod QR prowadzący do formularza zgłoszeniowego.
2. Termin zgłoszenia upływa z dniem 10 czerwca 2025 roku.
3. Uczestnicy powyżej 18 roku życia zobowiązani są podpisać oświadczenie o udziale w biegu na własną odpowiedzialność.
4. Osoby poniżej 18 lat oraz nie posiadające prawa do czynności prawnych zobowiązane są do posiadania zgody na udział od rodziców lub prawnych opiekunów. Warunkiem dopuszczenia uczestników niepełnoletnich do startu jest obecność rodzica/prawnego opiekuna lub opiekuna grupy. Za zachowanie i bezpieczeństwo dzieci na trasie, a także podczas całego wydarzenia odpowiadają rodzice lub uprawnieni opiekunowie.

VII. NAGRODY

- medale okolicznościowe dla wszystkich uczestników biegu,
- upominki dla każdego uczestnika.

VIII. DODATKOWE INFORMACJE

- dla wszystkich uczestników przewidziany jest ciepły posiłek, napoje, słodki poczęstunek.

ZAPRASZAMY DO UDZIAŁU W BIEGU

