



## REGULAMIN II MARGONIN ICE RUN 20.01.2024 r.

### 1. CEL i ZAŁOŻENIA BIEGU:

Promocja Północnej Wielkopolski, regionu turystycznego, walorów przyrodniczych Gminy Margonin. Popularyzowanie biegania jako formy aktywności fizycznej, zdrowego trybu życia oraz hartowania organizmu w niskich temperaturach.

### 2. ORGANIZATOR:

Miejsko – Gminny Ośrodek Kultury w Margoninie, ul. Powstańców Wielkopolskich 15, 64-830 Margonin

### 3. BIURO ZAWODÓW:

Biuro biegu będzie się znajdowało:

- w dniu 20.01.2024 r., od godz. 10:00, przy miasteczku startowym, Klotyldzin 9, 64-830 Margonin.

### 4. TERMIN, MIEJSCE, TRASA:

II MARGONIN ICE RUN odbędzie się 20.01.2024 roku (sobota) o godz. 12:00 na dystansie 6,9 km.

Trasa będzie przebiegała po duktach i ścieżkach leśnych oraz po kostce brukowej i będzie oznaczona przez organizatora.

Start biegu odbędzie się na drodze przyległej do Alpakolandu, Klotyldzin 9, 64-830 Margonin. W tym samym miejscu znajduje się meta.

**Limit czasu wynosi 80 minut dla dystansu 6,9 km.**

### 5. WARUNKI UCZESTNICTWA:

W biegu mogą brać udział wszyscy uczestnicy, którzy do dnia 20.01.2024 roku ukończyli 18 rok życia.

Uczestnicy startują w biegu jedynie:

- mężczyźni w szortach;
- kobiety, dopuszcza się udział w koszulkach z krótkim rękawem oraz spodniach  $\frac{3}{4}$ ;
- dopuszcza się także posiadanie nakrycia głowy oraz rękawiczek.

**Nie dostosowania się do powyższych warunków uczestnictwa skutkować będzie dyskwalifikacją w dniu biegu i nie będą podlegali klasyfikacji.**

W przypadku szczególnie niesprzyjających warunków atmosferycznych, organizator może wymagać od startujących pełnego ubioru. Decyzję o tym czy warunki atmosferyczne są odpowiednie podejmuje organizator. Zaleca się udział w odpowiednim obuwiu do biegu.

Zgłaszający się do biegu uczestnicy oświadczają, że startują w biegu na własną odpowiedzialność oraz, że nie występują przeciwwskazania lekarskie i medyczne do udziału w biegu, tj.: biegu w terenie leśnym, w zimie, przy niskiej temperaturze otoczenia i w minimalnej ilości odzieży,



czego potwierdzeniem będzie przedstawienie zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub podpisanie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu. Wszyscy startujący muszą zostać zweryfikowani, przedstawić zaświadczenie lekarskie lub popisać oświadczenie o zdolności do udziału w biegu i odebrać numery startowe. Weryfikacja osobowa będzie przebiegała na podstawie dokumentu tożsamości ze zdjęciem.

#### 6. ZGŁOSZENIA I OPŁATY:

Zapisy na bieg będą możliwe poprzez **formularz internetowy dostępny na stronie organizatora**. Zgłoszenie uważa się za kompletne, jeśli zostaną spełnione następujące warunki: zostanie wypełniony formularz zgłoszeniowy i zaksięgowana zostanie wpłata. Zgłoszenia do biegu będą przyjmowane **do dnia 16.01.2024 r. godz. 23:59 lub wyczerpania limitu miejsc**.

**Wpisowe dla zawodników II MARGONIN ICE RUN wynosi 30 zł.**

**Wpisowe dla zawodników biegu jesiennego (25.11.2023 r.) i II MARGONIN ICE RUN (20.01.2024 r.) wynosi 50zł.**

**Opłata za bieg możliwa jest tylko poprzez wpłatę na konto bankowe, organizator nie przyjmuje opłat gotówkowych.**

**Numer konta: 90 8945 0002 1300 1078 2000 0010 Bank Spółdzielczy w Chodzieży oddział Margonin, tytułem: imię, nazwisko i data urodzenia zawodnika.**

#### 7. Limit uczestników:

160 osób

#### KLASYFIKACJE:

Prowadzona będzie klasyfikacja generalna indywidualna oraz w niżej wymienionych grupach wiekowych:

Kobiety:

K30 kobiety 30 - 39 lat

K40 kobiety 40 – 49 lat

Mężczyźni:

M30 mężczyźni 30 – 39 lat

M40 mężczyźni 40 - 49 lat

Za zgłoszenie uważane jest prawidłowe wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie <https://www.zapisy.maratonczykompomiarczasu.pl/pl/margonin-ice-run> **do 16.01.2024 r. godz. 23:59**.

Brak opłaty startowej w wyznaczonym terminie i godzinach spowoduje usunięcie zgłoszenia.

Uczestnik startujący w biegu II MARGONIN ICE RUN wyraża zgodę do wykorzystania swojego wizerunku w celach promocji Biegu, a także przetwarzania swoich danych osobowych podanych w zgłoszeniu w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia zawodów.



### UWAGA !!!

**ORGANIZATOR ZWRACA SIĘ Z PROŚBĄ ABY MIERZYĆ SIŁY NA ZAMIARY. BIEG MOŻE ODBYWAĆ SIĘ W BARDZO TRUDNYCH WARUNKACH POGODOWYCH I JEST BIEGIEM NIEZWYKLE WYMAGAJĄCYM.**

#### RAMOWY PROGRAM IMPREZY

10:00 – otwarcie biura zawodów

11:45 – wspólna rozgrzewka

12:00 – początek biegu

13:20 – zamknięcie limitu czasu

14:00 – dekoracja zwycięzców, ciepły poczęstunek

#### Organizator zapewnia :

- elektroniczny pomiar czasu,
- sms z wynikiem wysłany po dobiegnięciu zawodnika do mety,
- dodatkowy punkt pomiarowy na trasie,
- posiłek regeneracyjny dla zawodników po ukończeniu biegu,
- zabezpieczenie medyczne,
- oznakowanie i zabezpieczenie trasy biegu,
- symboliczne nagrody za pierwsze trzy miejsca w kategoriach: kobieta K30, K40/mężczyzna M30, M40 uzależnione od pozyskanych sponsorów.

#### Dane kontaktowe do organizatora

Tel.: +48 67 2846 119, 607 581 100

Mail: [biuro@kulturalnymargonin.pl](mailto:biuro@kulturalnymargonin.pl)

FB: [www.facebook.com/ICERUN.Margonin](https://www.facebook.com/ICERUN.Margonin)



Ministerstwo Funduszy  
i Polityki Regionalnej

