

# REGULAMIN

## BIEG JESIENNY 25.11.2023

### 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 **25.11.2023 r.**, w godzinach od **10:00 do 11:45**, przy miasteczku startowym, Klotyldzin 9, 64-830 Margonin.

### 4. TERMIN, MIEJSCE, TRASA:

Bieg jesienny odbędzie się **25.11.2023 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 25.11.2023 roku ukończyli 18 rok życia.

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 przy niskiej temperaturze otoczenia, 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 podpisać 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**.

Zgłoszenia do biegu będą przyjmowane **do dnia 21.11.2023 r. godz. 23:59 lub wyczerpania limitu miejsc**.



Ministerstwo Funduszy  
i Polityki Regionalnej



Zgłoszenie uważa się za kompletne, jeśli zostaną spełnione następujące warunki: zostanie wypełniony formularz zgłoszeniowy i zaksięgowana zostanie wpłata.

**Wpisowe dla zawodników biegu jesiennego 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:**

**150 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.maratonczykpomiarczasu.pl/pl/margonin-ice-run> do **21.11.2023 r. godz. 23:59.**

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

Uczestnik startujący w biegu 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.

#### **RAMOWY POGRAM 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 do mety,
- posiłek regeneracyjny dla zawodników po ukończeniu biegu,
- zabezpieczenie medyczne,



Ministerstwo Funduszy  
i Polityki Regionalnej



Regulamin II MARGONIN ICE RUN  
04.10.2023 r.

- 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

