



REGULAMIN

XVI MARATON SZTAFET '2015

24 lipca 2015 r. piątek

1. Cel imprezy:

- upowszechnianie masowego biegania i czynnego wypoczynku
- promocja walorów turystycznych OW „Głębokie” k/ Międzyrzecza

2. Organizator:

- Międzyrzeczki Ośrodek Sportu i Wypoczynku

3. Termin:

- 24 lipca 2015 r. piątek godz. 17⁰⁰

4. Trasa biegu:

- 42,195 metrów, wytyczona na terenie ośrodka – podłoże twarde asfaltowe

5. Warunki uczestnictwa:

- dobry stan zdrowia, własna odpowiedzialność, ukończone 16 lat
- dokonanie zgłoszenia sztafety – zespołu do 21 lipca 2015 r. (w zgłoszeniu należy podać nazwę sztafety i telefon osoby do kontaktu – pozostałe czynności czyli nazwiska zawodników oraz kategorię podajemy w dniu zawodów na kartach zgłoszeniowych)
- liczba sztafet ograniczona
- w imprezie wystartują te zespoły, które otrzymają potwierdzenie uczestnictwa przez organizatora

6. Kategorie:

- „4 + 50” – minimum jeden z biegaczy, uczestników sztafety musi mieć ukończone 50 lat
- „4 + 1” – w sztafecie obowiązkowo startuje jedna kobieta
- „+ 250” – wiek pięciu startujących biegaczy powinien przekroczyć 250 lat

7. Nagrody:

- puchary okolicznościowe i medale otrzymują trzy najlepsze zespoły w każdej kategorii
- wyróżnienia indywidualne rozlosowane będą wśród wszystkich uczestników zawodów
- koszulki okolicznościowe – otrzyma każdy uczestnik XIV Maratonu Sztafet

8. Zgłoszenia :- MOSiW Tel. 95 742 73 80

9. Uwagi końcowe:

- Biuro zawodów czynne w godz. 15³⁰ – 16⁵⁰
- Przed startem od sztafety pobierana jest opłata wpisowa w kwocie 50 zł.
- Karty zgłoszeniowe dla każdego uczestnika zawodów i dla całej drużyny (obowiązkowe) dostępne będą na stronie www.mosiw.pl
- Uczestnicy biegu ubezpieczają się we własnym zakresie
- Organizator zapewnia uczestnikom biegu po zakończeniu imprezy jednorazowy posiłek
- Organizatorzy zapewniają opiekę medyczną
- Zawody odbywać się będą bez względu na warunki atmosferyczne.
- Obowiązek ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków leży w gestii zawodników.
- Organizatorzy nie odpowiadają za rzeczy pozostawione bez opieki.
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w Biegu

wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci). Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oraz dokonanie Opłaty Rejestracyjnej oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w Biegu i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w Biegu wyłącznie na własną odpowiedzialność.

- Uczestnik posiada aktualne badania lekarskie dopuszczające do startu w biegu lub podpisze własnoręcznie oświadczenie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu.
- Organizator zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w biegu;
- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać:
- Numery startowe przymocowane do koszulek na piersiach. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub w całości.
- Prawo interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje organizatorom
- Parkowanie pojazdów w dniu zawodów na terenie ośrodka OW „Głębokie” - bezpłatne
- **Organizator zastrzega sobie prawo interpretacji oraz do zmian w powyższym regulaminie, które zostaną przedstawione uczestnikom najpóźniej w dniu zawodów**

***Maraton Sztafet:** - rozgrywany jest na pętli zamkniętej wytyczonej na terenie ośrodka liczącej **1,215 metrów**, którą każdy startujący zespół musi pokonać **34 razy**

*w fazie początkowej rywalizacji każdy uczestnik sztafety obowiązkowo pokonuje dystans – **5 km. tj. 4 okrążenia, jedynie zawodnik rozpoczynający zawody ma do pokonania dystans dłuższy, czyli 5,745 metrów** jest to wyrównanie dla uzyskania pełnej długości maratonu tj. – **42,195 metrów**

*w drugiej fazie organizator zezwala na dowolność w dokonywaniu zmian, ale zawodnik kontynuujący bieg nie może pokonywać dystansu krótszego niż **2 pełne okrążenia**

*wszystkie zmiany następują w kolejności uzgodnionej z sędzią głównym zawodów i w miejscu do tego wyznaczonym

*zgłoszenie zmian i uwag z sędzią głównym zawodów dokonuje kapitan zespołu lub osoba do tego upoważniona

***Warunkiem zaliczenia startu i sklasyfikowania sztafety jest:**

- przebiegnięcie przez sztafetę dystansu **42,195 m.** w sportowej rywalizacji – zgodnie z zasadami fair play

- pokonanie przez każdego z uczestników zawodów minimum **~ 5 kilometrów = 4 pełne okrążenia**

*Każdego zawodnika obowiązuje numer startowy przydzielony przez kierownika zawodów, który po zakończeniu imprezy należy zwrócić organizatorowi – jest to obowiązek kapitana/kierownika zespołu.

UWAGA ! – w przypadku nie respektowania uwag i zaleceń zarówno sędziego głównego, jak i organizatora zawodów – sztafeta zostanie zdyskwalifikowana i wycofana z zawodów bez możliwości zwrotu poniesionych kosztów.



ORGANIZATOR