



LUBUSKA LIGA BIEGOWA 2016 **REGULAMIN**

I CELE LIGI

- Upowszechnienie sportu i rekreacji wśród społeczeństwa Województwa Lubuskiego i regionów ościennych.
- Popularyzacja masowych biegów ulicznych i przełajowych, jako jednej z form aktywnego wypoczynku.
- Propagowanie biegania jako zdrowego trybu życia wśród lokalnej społeczności.
- Promocja Województwa Lubuskiego i miast organizatorów poszczególnych biegów; Czerwieńska, Krosna Odrzańskiego, Nowej Soli, Świebodzina, Zielonej Góry, Żagania i Żar.
- Integracja, wymiana doświadczeń, współpraca i wsparcie zarówno organizatorów imprez biegowych, jak i uczestników.

II ORGANIZATORZY

1. Założycielami Lubuskiej Ligi Biegowej są:
- Stowarzyszenie Aktywni w Gminie Żagań
 - Stowarzyszenie Biegam Pomagam w Zielonej Górze

- Współorganizatorami Lubuskiej Ligi Biegowej są:
- Pałac Książęcy sp. z o.o. w Żaganiu
 - Stowarzyszenie Żary Runners Team
 - Ośrodek Sportu i Rekreacji w Krośnie Odrzańskim
 - Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Nowej Soli
 - Stowarzyszenie Bractwo Biegaczy Zielona Góra
 - Krośnieńscy Miłośnicy Biegania
 - Ronin Team Czerwieńsk
 - Stowarzyszenie Aktywni 2010

III TERMINARZ LLB w 2016 ROKU

- 20.03** – Cross Żagański (10 km, przełaj)
- 28.03** – Bieg do Pustego Grobu (10 km, ulica)
- 17.04** – Dycha po Żarach (10 km, ulica)
- 23.04** – Jorge Cross (13 km, przełaj)
- 28.05** – Półmaraton Solan (półmaraton)
- 26.06** – Parszywa Dwunastka (12 km, przełaj)
- 28.08** – Krośnieńska Dziesiątka (10 km, ulica)
- 11.09** – Półmaraton Zielonogórski (półmaraton)
- 24.09** – Świebodzińska Dziesiątka (10 km, ulica)
- 9.10** – Cross po Zielonym Lesie (9,5 km przełaj)
- 11.11** – Bieg Niepodległości Żagań (10 km, ulica)

IV WARUNKI UCZESTNICTWA

- 1.** Do punktacji LLB automatycznie zaliczany jest każdy uczestnik biegów wymienionych w punkcie III. Nie ma żadnych dodatkowych/specjalnych zapisów do Ligi.
- 2.** Obowiązuje dolna granica wieku, dopuszczająca zawodnika do rywalizacji w Lubuskiej Lidze Biegowej. Dla półmaratonów wynosi ona 18 lat, dla pozostałych biegów: 16 lat.
- 3.** Warunkiem zaliczenia całej Ligi jest ukończenie w jednym sezonie minimum 7 z 11 dowolnych biegów wchodzących w skład LLB – wymienionych w punkcie III. Do klasyfikacji zaliczany jest jedynie udział w biegach na głównych dystansach poszczególnych imprez. Przez ukończenie biegu rozumie się dobiegnięcie na metę i sklasyfikowanie w końcowym komunikacie z wynikami.
- 4.** Organizator LLB zastrzega sobie, że w przypadku wycofania się z Ligi danego biegu, ilość startów potrzebna do ukończenia LLB zostanie pomniejszona o ilość biegów, które z Ligi się wycofały w danym sezonie.
- 5.** W poszczególnych biegach Ligi zawodnicy zgłaszają się i startują zgodnie z regulaminem danego biegu.

V PUNKTACJA

- 1.** Punkty w danym biegu zdobywają wszystkie osoby, które ukończą bieg.
- 2.** Punkty zdobywa się w poszczególnych kategoriach wiekowych, a nie za miejsce w klasyfikacji generalnej (open).
- 3.** Obowiązujące kategorie wiekowe (decydują lata urodzenia):
Kobiety:
K-20 (16-29 lat w przypadku biegów krótszych, niż półmaraton, 18-29 lat w przypadku półmaratonów)
K-30 (30-39 lat)
K-40 (40-49 lat)
K-50 (50 lat i więcej)

Mężczyźni:

- M-20 (16-29 lat w przypadku biegów krótszych, niż półmaraton, 18-29 lat w przypadku półmaratonów)
- M-30 (30-39 lat)
- M-40 (40-49 lat)
- M-50 (50-59 lat)
- M-60 (60 lat i więcej)

4. W przypadku większej liczby kategorii w danym biegu, na potrzeby ligi, kategorie wyższe z danego biegu będą dołączane do kategorii najwyższej z podanych w punkcie 3.

5. Zasady naliczania punktów:

1. miejsce w kategorii – 30 punktów,
2. miejsce – 29 punktów,
3. miejsce – 28 punktów,
- ... ,
29. miejsce – 2 punkty,
30. miejsce i wszystkie dalsze – po 1 punkcie.

6. Ligę w danej kategorii wiekowej wygrywa osoba z największą liczbą zdobytych punktów z siedmiu startów. W przypadku zdobycia punktów w większej liczbie, niż siedem biegów, do klasyfikacji generalnej zalicza się siedem najlepszych startów.

7. Zawodnik musi sam zadbać o prawidłową rejestrację w danym biegu. W przypadku rejestracji w innych biegach z innym imieniem (np. Mirek zamiar Mirosław) lub z nazwiskiem bez polskich liter (np. Wisniewski zamiast Wiśniewski), taki zawodnik będzie w liczeniu klasyfikacji generalnej traktowany, jako dwie inne osoby. Obowiązkiem zawodnika jest dopilnowanie rejestracji z prawidłowo podanym i takim samym imieniem i nazwiskiem na każdy bieg. W przypadku stwierdzenia nieprawidłowości na liście startowej, zawodnik ma obowiązek poinformować o tym organizatora danego biegu, jeszcze przed zawodami.

VI NAGRODY

1. Na koniec sezonu, zawodnicy z trzech pierwszych miejsc w każdej kategorii wiekowej otrzymają pamiątkowe puchary.

2. Dekoracja odbędzie się w trakcie gali, której termin i miejsce zostaną ogłoszone w trakcie trwania sezonu LLB.

VII DODATKOWE ŚWIADCZENIA

1. Każdy uczestnik Lubuskiej Ligi Biegowej, który zaliczy minimum 7 biegów (lub mniej w przypadku wystąpienia warunku z pkt. IV/3) w danym sezonie, na gali podsumowującej sezon, otrzyma pamiątkowy gadżet biegowy.

VIII INFORMACJE KOŃCOWE

1. Oficjalnymi witrynami internetowymi LLB w roku 2016 będą specjalne zakładki dedykowane na portalach:

- *sportowa.zgora.pl*
- *sportowezary.pl*

Tam będzie można znaleźć regulamin, komunikaty oraz aktualne klasyfikacje.

2. Kontakt do organizatorów:

Małgorzata Szymańczyk – e-mail: stowarzyszenie@biegam-pomagam.pl

Tomasz Hucal – e-mail: biuro@hsmedia.pl

3. Prawo ostatecznej interpretacji niniejszego regulaminu przysługuje komisji powołanej przez organizatora.

ORGANIZATORZY