

REGULAMIN
XX MARATONU SZTAFET 2019
26 lipca 2019 r. – piątek
bieg zaliczany do grand prix Gminy Międzyrzecz

I. Cel imprezy:

- upowszechnianie biegania, rekreacji i aktywnego wypoczynku,
- promocja walorów turystycznych OW „Głębokie” k/ Międzyrzecza.

II. Organizator:

- Międzyrzecki Ośrodek Sportu i Wypoczynku,
- Klub Biegacza „Piast” Międzyrzecz,
przy współpracy:
- Rejonowy Sztab Ratownictwa Społecznej Krajowej Sieci Ratunkowej w Międzyrzeczu.

III. Termin:

- 26 lipca 2019 roku - piątek – start nastąpi o godzinie 17⁰⁰ na drodze wewnętrznej ośrodka przy plaży.

IV. Trasa Biegu:

- 42,195 metrów, wytyczona na terenie Ośrodka Wypoczynkowego „Głębokie” – podłoże twarde asfaltowe – w niektórych miejscach występują nierówności.

V. Warunki uczestnictwa:

- Warunkiem uczestnictwa w zawodach jest zgłoszenie z imienia i nazwiska pięcioosobowej – sztafety.
- Każdy zawodnik przed biegiem otrzyma czip, który zdaje po ukończonym biegu wraz z numerem startowym za linię mety. Czip musi być przymocowany w miejscu wskazanym przez organizatora (w biurze zawodów), ponieważ w innym wypadku zawodnik może zostać niesklasyfikowany.
- Każdy zawodnik powinien posiadać ze sobą 4 agrafki do mocowania numeru startowego.
- Zapisy elektroniczne: <http://maratonczykpomiarczasu.pl>
- W zawodach może wziąć udział każdy zawodnik mający ukończone 16 lat, posiadający dobry stan zdrowia, który zgłosi się do biegu, wniesie (wraz z całą sztafetą) opłatę startową **(100 zł/za cały zespół)** na konto: Międzyrzecki Ośrodek Sportu i Wypoczynku Bank BGŻ Paribas S.A. **55 2030 0045 1110 0000 0129 8430** z dopiskiem „MARATON SZTAFET” oraz nazwą sztafety, do dnia **8 lipca 2019** roku. **Limit sztafet 25 zespołów plus sztafety organizatora.**
- Na zgłoszeniach należy zachować kolejność w jakiej poszczególni zawodnicy będą startować. Kapitanem zespołu jest zawodnik startujący na pierwszej zmianie.
- Pakiet startowy w postaci koszulki i posiłku regeneracyjnego przysługuje zawodnikom (drużynom), którzy dokonają zgłoszenie i wniosą opłatę startową do dnia 8 lipca 2019 r.
- W biurze zawodów musi zgłosić się cała drużyna w celu dokonania ostatecznej rejestracji.
- Po tym terminie nadal jest możliwość zgłaszania sztafet poprzez internet, jak również w dniu biegu do wyczerpania limitu, w biurze zawodów – opłata 100 zł, ale organizator wówczas nie zapewnia pakietu startowego (koszulka + posiłek).
- Biuro zawodów zlokalizowane będzie na Ośrodku Wypoczynkowym Głębokie przy linii startu w godzinach **15⁰⁰ – 16³⁰**.

- Każdy zawodnik ma obowiązek podpisania oświadczenia o biegu na własną odpowiedzialność.
- Zawodnicy w wieku 16-18 lat, którzy w dniu biegu nie osiągnęli jeszcze pełnoletniości zobowiązani są do posiadania zgody na udział w biegu od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL oraz oświadczenie opiekuna o braku przeciwwskazań do udziału w zawodach.
- Uczestnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora oraz na wykorzystanie ich wizerunku w celu promocji biegu oraz udokumentowania zawodów.

VI. Kategorie:

- „4+50” – minimum jeden z biegaczy, uczestników sztafety musi mieć ukończone 50 lat.
- „4+1” – w sztafecie obowiązkowo startuje jedna kobieta.
- „1+4” – skład drużyny to jeden mężczyzna i cztery kobiety.
- „+250” – wiek pięciu startujących biegaczy powinien przekraczać 250 lat.

VII. Nagrody:

- puchar okolicznościowy i medale otrzymują trzy najlepsze zespoły w każdej kategorii,
- wyróżnienia indywidualne rozlosowane będą wśród wszystkich uczestników zawodów,
- koszulki okolicznościowe – otrzymują uczestnicy, którzy dokonają zgłoszenia zespołu oraz wniosą opłatę startową w terminie do 8 lipca 2019 roku.

VIII. **Zgłoszenia:** www.maratonczykpomiarczasu.pl w terminie do 8 lipca 2019 roku. Po tym terminie nadal jest możliwość zgłaszania sztafet poprzez internet, jak również w dniu biegu do wyczerpania limitu, ale organizator wówczas nie zapewnia pakietu startowego (koszulka + posiłek).

UWAGA!!!

Prosimy o zwrócenie uwagi na wypełnienie zgłoszeń kolejność zgłoszonych zawodników obowiązuje podczas biegu. Oznacza to, że zawodnik wpisany na liście w pozycji „A” startuje jako pierwszy, zawodnik zgłoszony w pozycji „B” biegnie jako drugi itd. Przypominamy, że pod pozycją „A” występuje kapitan drużyny.

IX. Uwagi końcowe:

- Biuro zawodów czynne w godzinach 15⁰⁰ – 16³⁰.
- Przed startem od sztafety pobierana jest opłata wpisowa w kwocie 100 zł.
- Karty zgłoszeniowe drużyny (obowiązkowe).
- Uczestnicy biegu ubezpieczają się we własnym zakresie.
- MOSiW nie odpowiada 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 MOSiW prawidłowo wypełnionego formularz 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.

- MOSiW zaleca uczestnikom wykonanie profilaktycznych badań lekarskich mogących potwierdzić brak przeciwwskazań do udziału w zawodach.
- Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać: numery startowe przymocowane do koszulek na piersiach. Pod karą dyskwalifikacji niedopuszczalne jest zasłanianie numeru startowego w części lub całości.
- Maraton Sztafet: - rozgrywany jest na pętli wytyczonej na terenie ośrodka liczącej **1,215** metrów, którą każdy startujący zespół musi pokonać łącznie **34** razy.
- W fazie początkowej rywalizacji każdy uczestnik sztafety obowiązkowo pokonuje dystans – około 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 pokonać dystansu krótszego niż **2 pełne** okrążenia.
- Wszystkie zmiany następują w kolejności uzgodnionej z sędzią głównym zawodów i w miejscu do tego wyznaczonym.
- Zgłoszenia zmian i uwag z sędzią głównym 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 **4** okrążenia, tj. **ok. 5 kilometrów.**
- posiadanie przez każdego zawodnika numeru startowego przydzielonego przez biuro zawodów, który to numer po zakończeniu zawodów należy zwrócić organizatorowi. Obowiązek ten należy do 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.
- Wniesiona opłata startowa nie podlega zwrotowi w przypadku rezygnacji sztafety z uczestnictwa w zawodach.

X. PUNKTACJA DO GRAND PRIX

Za udział w Maratonie Sztafet zawodnik otrzymuje 40 pkt. do klasyfikacji ogólnej (open), a w poszczególnych kategoriach wiekowych 10 pkt.