

Regulamin III edycji „BIEG WIEWIÓRKI 2018”

1. Organizatorzy:

- MOSiR Ruda Śląska
- SPS nr 15 Ruda Śląska

2. Cel imprezy:

- promocja Miasta Ruda Śląska
- promocja zdrowego zachowania społeczeństwa
- integracja rodzin poprzez wspólny udział w zawodach

3. Termin i miejsce:

Wszystkie biegi odbędą się w Rudzie Śląskiej Halembie na terenie lasów państwowych. Impreza ma charakter rekreacyjny i najważniejszy jest systematyczny udział.

24.03.2018
21.04.2018
19.05.2018
16.06.2018
07.07.2018
04.08.2018
08.09.2018
06.10.2018
03.11.2018

Biegi będą połączone z zawodami Nordic Walking

4. Trasa biegu, marszu i dystans:

- zawody odbędą się na pętli o długości 4200 m , którą można pokonać pięć razy (każdy startujący indywidualnie decyduje o ilości okrążeń, limit na pokonanie pełnego dystansu 2:45 h) natomiast w konkurencji Nordic Walking trzy razy (maksymalny dystans 12,6 km)
- dzieci do lat 15 (rocznik 2003 i młodsi) 1000 m

5. Zgłoszenia, warunki uczestnictwa i opłaty:

- imprezy mają charakter otwarty tzn. uczestniczyć w nich mogą amatorzy i osoby zrzeszone w klubach sportowych
- zawodnicy powyżej 18 roku życia podpisują oświadczenie o udziale w zawodach na własną odpowiedzialność. (Zawodnicy zobowiązani są do przedstawienia zaświadczenia lekarskiego o zdolności do udziału w biegu lub do podpisania oświadczenia udziału na własną odpowiedzialność). Osoby, które w dniu biegu nie ukończyły 18 lat zobowiązane są do posiadania pozwolenia na udział w zawodach od rodziców lub prawnych opiekunów, z ich podpisem i nr PESEL. Warunkiem

dopuszczenia do startu jest obecność rodzica lub opiekuna wraz z dowodem osobistym w momencie weryfikacji zawodnika w biurze zawodów.

- zgłoszenia poprzez [formularz zgłoszeniowy](#) dostępny również na stronie www.mosir.rsl.pl oraz www.biegwiewiorki.pl

- wysokość wpisowego bieg i Nordic Walking 15 zł,

- bieg dzieci opłata 5 zł

- posiadacze Karty Dużej Rodziny: osoby dorosłe 10 zł; dzieci 5 zł

którą należy wpłacić na konto: **02 1050 1331 1000 0010 0113 9227 Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji ul. Hallera 14 a, 41-709 Ruda Śląska** tytuł - „Opłata wpisowego bieg Wiewiórki” z podaniem imienia i nazwiska osoby startującej w terminie do 4 dni od daty danego biegu. Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi (osoby, którym opłata nie zostanie odnotowana na liście startowej prosi się o zabranie potwierdzenia dokonania wpłaty)

Opłata w dniu biegu w biurze zawodów: osoby dorosłe 20 zł, bieg dzieci 10 zł

6. Klasyfikacje i nagrody:

Będzie prowadzona klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn z ręcznym pomiarem czasu w konkurencji bieg jak również w Nordic Walking, dla każdej osoby kończącej zawody dyplom oraz poczęstunek (napój, kielbaska, bułka lub baton). Wśród wszystkich uczestników konkurs z nagrodami niespodziankami. Zdobywcy pierwszych miejsc otrzymają upominki ufundowane przez sponsorów natomiast wszyscy uczestnicy imienne dyplomy.

Na koniec cyklu statuetka „Rudzka Wiewiórka” oraz drobne upominki dla najaktywniejszych uczestników, którzy wystartują sześć razy na dowolnym dystansie i w dowolnej konkurencji, dotyczy również biegu na dystansie 1000 m.

Osoby, które wystartują dziewięć razy (również dzieci) otrzymają „Dużą Rudzką Wiewiórkę”

7. Program zawodów:

9:00-10:45 - odbiór numerów startowych oraz dodatkowe zapisy (**po godzinie 10:45 nie będą przyjmowane zapisy**)

11:00 - start biegu dzieci

11:15 – start biegu głównego oraz Nordic Walking

Po sportowej rywalizacji wspólne ognisko i pieczenie kielbasy

8. Uwagi końcowe:

- podczas zawodów wszyscy zawodnicy muszą posiadać numery startowe **przymocowane do koszulek sportowych na klatce piersiowej**

- **po zakończeniu udziału w zawodach proszę o oddanie numeru startowego, za który będzie wydawany posiłek. Za nieoddanie lub zniszczenie/ zgubienie numeru startowego będzie pobierana opłata w wysokości 10 zł**

- zawody odbędą się bez względu na warunki pogodowe

- dojazd autobusy nr 98, 120, 121, 130, 144, 147, 155, 177, 198, 230, 255, 669, wysiadać na przystanku końcowym Ruda Śląska Halemba ul. Energetyków

- organizator zapewnia opiekę medyczną, napoje w czasie zawodów, szatnie,

- ostateczna interpretacja regulaminu należy do organizatora

- dodatkowe pytania kierować do: Andrzeja Pustelnika tel. 510211467 mail: a.pustelnik@mosir.rsl.pl) oraz Augusta Jakubika tel. 506334584, mail: augustjakubik@op.pl
 - wszelkie informacje na temat biegów oraz wyniki na stronach www.mosir.rsl.pl oraz www.biegwiewiorki.pl
 - zapraszamy również na nasz profil na Facebook, Twitter oraz Instagram

SERDECZNIE ZAPRASZAJĄ ORGANIZATORZY:

MOSiR Ruda Śląska

oraz Prezydent Miasta Ruda Śląska

GRAŻYNA DZIEDZIC