

REGULAMIN
XXVII BIEG JAĆWINGÓW
PUCHAR POLSKI PZN AMATORÓW W BIEGACH NARCIARSKICH
GOŁDAP 2015

1. Organizator:

Ośrodek Sportu i Rekreacji w Gołdapi

19-500 Gołdap, ul Stadionowa 5A

tel./fax. (+48) 87 615 06 41

www.osirgoldap.pl osir@osirgoldap.pl lech@osirgoldap.pl dyrektor@osirgoldap.pl

2. Współorganizatorzy:

- Nadleśnictwo Gołdap

- Towarzystwo Narciarskie Biegówki

3. Termin i miejsce zawodów:

- XXVII Bieg Jaćwingów odbędzie się w dniach **30.01.2015 r, 31.01.2015 r, 01.02.2015 r.** (piątek,sobota, niedziela) na trasach narciarskich przy Promenadzie Zdrojowej w Gołdapi oraz w Lesie Kumiecie ul. Świerkowa.

4. Cel:

- Popularyzacja biegów narciarskich

- Realizacja kalendarza imprez sportowych

- Promocja miasta Gołdap poprzez sport

- Prezentacja i promocja walorów rekreacyjno-przyrodniczych mazur, a w szczególności powiatu gołdapskiego i Puszczy Rominckiej

- Wyłonienie najlepszych zawodniczek i zawodników

- Upowszechnianie zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania wolnego czasu

- Propagowanie aktywnego wypoczynku i sportu

- Łączenie sportowej rywalizacji z rekreacją i zabawą

5. Dystanse:

- 3 km stylem dowolnym K i M (F)

– 30.01.2015r. Promenada Zdrojowa

- 22 km stylem klasycznym K i M (CL)

– 31.01.2015r. **Puchar Polski Amatorów PZN**

- 11 km stylem klasycznym K i M (CL)

– 31.01.2015r. **SKI TOUR**

- 20 km stylem dowolnym K i M (F)

– 01.02.2015r.

- 10 km stylem dowolnym K i M (F)

– 01.02.2015r.

Biegi dziecięce i młodzieżowe

- 200 m stylem klasycznym K i M (CL) – 31.01.2015r.

- 5.5 km stylem klasycznym K i M (CL) – 31.01.2015r.

- 5 km stylem klasycznym K i M (CL) – 31.01.2015r.

- 3 km stylem dowolnym K i M (F) – 01.01.2015r.

6. Program zawodów:

Piątek – 30.01.2015 r.

- Biegi indywidualne OPEN K i M – co 30 sek. na dystansie 3km F (zawody odbędą się przy sztucznym oświetleniu na trasach narciarskich przy Promenadzie Zdrojowej o godz.16:00)

Sobota – 31.01.2015 r.

- Bieg główny na dystansie 22 kmCL technika klasyczna kobiet (K) i mężczyzn (M) rocz. 1997 i st. z podziałem na kategorie wiekowe

- Bieg średni 11 kmCL (2 x 5,5 km) K i M. rocz. 2001 i st. **(SKI TOUR)**

- Biegi dziecięce i młodzieżowe na dystansach 200m CL, 5,5km CL, 5km CL - 2002 i mł.

Niedziela – 01.02.2015 r.

- Bieg główny na dystansie 20 km (F) technika dowolna kobiet (K) i mężczyzn (M) rocz. 1997 i st. z podziałem na kategorie wiekowe

- Bieg średni 10 kmF K i M rocz. 2001 i st.

7. Kategorie wiekowe w biegach głównych

KATEGORIE	WIEK	ROCZNIK
K I	18 – 29	1997 – 1986
K II	30 – 39	1985 – 1976
K III	40 – 49	1975 – 1966
K IV	50 – 59	1965 – 1956
K V	60 – 69	1955 – 1946
K VI	70 >	1945 >

8. Uczestnictwo i zgłoszenia:

- Impreza ma charakter otwarty, prawo startu mają osoby zrzeszone i niezrzeszone. Dzieci i młodzież do lat 18 muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych.
- Uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność zgodnie z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12.09.2001r. (Dz. U. Nr 101 poz.1095).
- Uczestnictwo w biegu oznacza wyrażenie zgody na przetwarzanie danych osobowych oraz użycie wizerunku zawodnika przez Ośrodek Sportu i Rekreacji, gminę Gołdap, lub którykolwiek podmiot za zgodą ww. w wydawnictwach, podczas transmisji telewizyjnej, radiowej i internetowej.
- W przypadku złych warunków pogodowych organizator ma prawo do zmiany lub skrócenia dystansu.
- Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w zawodach wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami, możliwość odniesienia obrażeń ciała i urazów fizycznych (w tym śmierci), a także szkód i strat o charakterze majątkowym. Dodatkowo, mogą wystąpić inne czynniki ryzyka, niemożliwe do przewidzenia w tym momencie. Przekazanie Organizatorowi prawidłowo wypełnionego Formularza Rejestracyjnego oznacza, że Uczestnik rozważył i ocenił charakter, zakres i stopień ryzyka wiążącego się z uczestnictwem w zawodach i dobrowolnie zdecydował się podjąć to ryzyko, startując w zawodach wyłącznie na własną odpowiedzialność. Uczestnik oświadcza, że nie będzie działał na szkodę Organizatora. Uczestnik deklaruje, że zwróci Organizatorowi wszystkie koszty (w tym koszty honorariów adwokackich i eksperckich) poniesione lub wypłacone przez Organizatora na rzecz jakiegokolwiek osoby (w tym Uczestnika i/lub każdego z jego ubezpieczycieli) w związku z jakimkolwiek wypadkiem, stratą, szkodą lub odniesieniem obrażeń (w tym śmiercią), wynikłym z obecności lub udziału Uczestnika w zawodach z wyjątkiem wypadków spowodowanych zaniedbaniem ze strony Organizatora
- **Ubezpieczenie.** Zawody ubezpiecza Organizator. Organizator nie zapewnia jednak jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego lub od odpowiedzialności cywilnej z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, poniesienia śmierci lub poniesienia jakichkolwiek strat bądź szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością i/lub uczestnictwem w Zawodach. Uczestnikom doradza się, jeżeli uznają to za konieczne, by zakupili stosowne ubezpieczenie. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu przez lub w imieniu Organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, a także transportu Uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce. Uczestnik wyraża zgodę na powyższe działania. Uczestnik jest odpowiedzialny za wszelkie koszty medyczne lub koszty transportu poniesione przez Organizatora, jego współpracowników, personel medyczny i paramedyczny obsługujący zawody, a wyniki z powodu choroby, wypadku lub doznanych obrażeń ciała, poniesionych w związku z obecnością lub udziałem Uczestnika w zawodach.

Zgłoszenia:

- a) poprzez System Zgłoszeń na stronie internetowej www.biegjacwingow.pl lub www.osirgoldap.pl
- b) na kartach pocztowych,
- c) listach zbiorczych pocztą elektroniczną na adres zawody@osirgoldap.pl
- d) pocztą nadesłać do dnia **29.01.2015 r.** na adres: Ośrodek Sportu i Rekreacji, 19-500 Gołdap, Stadionowa 5A, podając dane: nazwisko i imię, rok urodzenia, adres zamieszkania, reprezentowany klub lub szkołę, dystans.
- Baza noclegowa dostępna pod adresem uzdrowiskogoldap.pl/noclegi

9. Opłata startowa XXVII Biegu Jaćwingów: (decyduje data wpływu na rachunek organizatora)

Biegi Główne K i M (20kmF - 22kmCL)

do 29.01.2015r. – 40zł (od biegu)

od 30.01.2015r. - 120zł (od biegu)

Biegi Średnie K i M (10kmF – 11kmCL)

do 29.01.2015r. - 20zł (od biegu)

od 30.01.2015r. - 60zł (od biegu)

Biegi Towarzyszące K i M (200mCL – 5,5kmCL, 5kmCL i 3kmF)

do 29.01.2015r. – 1zł (od biegu)

od 30.01.2015r. - 3zł (od biegu)

Zawodniczki i zawodnicy startujący w dwóch biegach głównych płacą za każdy start 75% wyżej wymienionej kwoty.

Zawodniczki i zawodnicy, którzy w XXVI Biegu Jaćwingów w biegach głównych zajmowali miejsca 1 – 3 zwolnieni są z opłaty startowej na danym dystansie.

Dokonanie wpłaty bez rejestracji, nie jest równoznaczne ze zgłoszeniem się do Biegu. W razie dokonania tylko rejestracji uczestnik ma 7 dni na uiszczenie opłaty, w przeciwnym razie zostanie skreślony z listy zgłoszonych.

Faktury VAT do opłat dokonywanych przelewem wystawiamy, na prośbę wpłacającego, w terminie 7 dni od daty wpłynięcia środków na rachunek bankowy.

- **Nr konta do wniesienia opłaty startowej:** **PKO BP SA 39 1020 4724 0000 3002 0007 5135**
- **dowód wpłaty powinien zawierać:** nazwisko i imię zawodnika, dystans, datę urodzenia, miejscowość
- **Uwaga!** Nie ma możliwości przeniesienia opłaty startowej na innego uczestnika biegu, a w przypadku rezygnacji z uczestnictwa, opłata startowa nie podlega zwrotowi i nie przechodzi na następny rok.

10. Sposób przeprowadzenia zawodów

- Wszystkie grupy wiekowe wystartują ze startu wspólnego wg. programu minutowego. Zawody są prowadzone zgodnie z wytycznymi NRS dotyczącymi narciarskich biegów masowych z wytycznymi PZN.

Obowiązki zawodników Biegu Jaćwingów:

- biec od startu do mety wzdłuż wyznaczonej trasy i przejść przez wszystkie punkty kontrolne
- nie utrudniać biegu i nie przeszkadzać innym zawodnikom
- nie utrudniać wyprzedzania zawodnikom szybszym. Zawodnicy słabsi powinni zajmować prawą stronę trasy, zawodnicy szybsi jej lewą stronę
- biec zgodnie ze stylem, w którym przeprowadzany jest dany bieg
- Na trasach będą znajdowały się punkty kontrolne. Ich obsługa będzie spisywała numery startowe w celu weryfikacji dystansu przebytego przez zawodnika
- Przebywanie na trasie XXVII Biegu Jaćwingów bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę zawodów.

11. Program minutowy:

Piątek 30.01.2015 r.

- 16:00 Biegi indywidualne – co 30 sek. na dystansie 3km F przy Promenadzie Zdrojowej.
(dekoracja zwycięzców odbędzie się po zakończonych zawodach)

Sobota 31.01.2015 r.

- **9:50** Uroczyste otwarcie XXVII Biegu Jaćwingów – Las Kumiecie w Gołdapi

- **10:00** Bieg Główny na dystansie 22km CL techniką klasyczną K i M rocz.1997 i st. z podziałem na kategorie wiekowe

- **10:10** Bieg na dystansie 11km CL techniką klasyczną K i M rocz.2001 i st.

- **11:30** Bieg na dystansie 200 m (CL) dziewcząt i chłopców rocz. 2007 i mł
- **12:00** Bieg na dystansie 5,5 km (CL) K i M Szkół Gimnazjalnych rocz. 1999 – 2001
- **12:30** Bieg na dystansie 5 km (CL) K i M Szkół Podstawowych rocz. 2002-2006

Niedziela 01.02.2015 r.

- 10:00 Bieg im. Dariusza Mentla na dystansie 3km F Dziewcząt i Chłopców rocz.2002 i mł.
- 10:30 Bieg główny na dystansie 20 km (F) techniką dowolną kobiet i mężczyzn rocz. 1997 i st.
z podziałem na kategorie wiekowe
- 10:40 Bieg Towarzyszący na dystansie 10 km (F) stylem dowolnym K i M rocz. 2001 i st.

12. Nagrody:

- za I-III miejsce K i M. nagrody rzeczowe lub pieniężne
- w każdym biegu rozegranym w sobotę i niedzielę wszyscy uczestnicy XXVII otrzymają medal za udział w zawodach

13. Sprawy różne:

- Wydawanie numerów startowych odbywać się będzie w biurze zawodów , które będzie czynne w dniach: **30.01.2015 r. (piątek) i 31.01.2015 r. (sobota) od godz.17:00 do 21:00 w Sali Konferencyjnej Urzędu Miejskiego w Gołdapi ul. Plac Zwycięstwa 14 oraz 31 i 01.02.2015 r. (sobota i niedziela) od godziny 8:00 na polanie startowej XXVII Biegu Jaćwingów w Lesie Kumiecie ul. Świerkowa.**
- Wydawanie numerów startowych do zawodów w dniu **30.01.2015 r. na dystansie 3kmF (piątek) odbywać się będzie w biurze zawodów na Promenadzie Zdrojowej od godziny 14:00 do 16:00**
- Każdy uczestnik XXVII Biegu Jaćwingów po biegu otrzyma gorący posiłek. **(bez piątku)**
- Przy niesprzyjających warunkach pogodowych w dniu 29 stycznia 2015 r. organizatorzy podejmą ostateczną decyzję o ewentualnym odwołaniu zawodów (odwołanie zawodów może nastąpić tylko z powodu braku śniegu lub przy bardzo niskiej temperaturze powietrza poniżej -20°C).
- Przed wyjazdem na zawody organizatorzy proszą o telefoniczne upewnienie się czy zawody odbędą się w zaplanowanym terminie.
- W przypadku pogorszenia się warunków śniegowych dystanse mogą zostać zmienione
- Informacji o biegu udziela: O środek Sportu i Rekreacji w Gołdapi tel/fax (87) 615 06 41 kom. 530-722-031
- Dekoracja najlepszych zawodniczek i zawodników danych startów , odbywać się będzie 15 min po zakończonym biegu
- Informacje na temat XXVII Biegu Jaćwingów oraz końcowe wyniki znajdować się będą na stronie internetowej www.osirgoldap.pl

14. Dojazd:

Dojazd autem od strony Olsztyna drogą nr.16 Barczewo → Mrągowo (droga nr.59) → Ryn → Giżycko (droga nr.53) → Węgorzewo → Gołdap

Dojazd PKS z Olsztyna do Gołdapi (bezpośrednio)

Dojazd PKP z Olsztyna ze stacją końcową w Giżycku lub Ełku.

Dojazd autem od strony Białegostoku drogą nr. 65 Mońki → Grajewo → Ełk → Olecko → Gołdap

Dojazd PKS z Białegostoku do Gołdapi (bezpośrednio)

Dojazd PKP z Białegostoku ze stacją końcową w Ełku lub Olecku.

15. Postanowienia końcowe:

- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi XXVII Biegu Jaćwingów.

Organizator zastrzega sobie prawo zmiany regulaminu bez podania przyczyny.



Uzdrowisko Gołdap miejscem dobrego życia

www.uzdrowiskogoldap.pl