



# REGULAMIN FROG RACE VI

## I CEL IMPREZY

- Popularyzacja biegania jako formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej oraz zdobywanie nowych jej zwolenników.
- Promowanie zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Gminy Piaseczno i okolic.
- Promocja Parku Chojnowskiego, miasta Piaseczna oraz Żabieńca.
- Integracja środowiska biegowego.

## II ORGANIZATORZY

- Stowarzyszenie Rekreacyjno-Sportowe „Kondycja”.
- Bieg organizowany jest ze środków finansowych Urzędu Miasta i Gminy w Piasecznie oraz sponsorów pozyskanych przez Stowarzyszenie Rekreacyjno – Sportowe „Kondycja”

## III TERMIN I MIEJSCE

- Bieg odbędzie się dnia 6 września 2014 r. na terenie Chojnowskiego Parku Krajobrazowego ze startem i metą na Obieckie Zimne Doły w Żabieńcu k./Piaseczna; start godz. 12:00.
- Bieg główny na dystansie 10 km oraz bieg na 5 km rozegrane będą równocześnie.
- Start honorowy odbędzie się o godz. 12:00 po wspólnej rozgrzewce, następnie zawodnicy przebiegną 600 m na linię startu ostrego, który nastąpi ok. godz. 12:10.
- Długość trasy 10 km – bieg główny (dwie pętle).
- Długość trasy 5 km – bieg młodzieżowy i rekreacyjny/ Nordic Walking (jedna pętla).

## IV PROGRAM MINUTOWY

- **09:00 – 11:30** Zapisy do biegu głównego 10 km, młodzieżowego i Nordic Walking 5 km
- **10:30 – 11:35** biegi towarzyszące.(patrz pkt. XIV regulamin dla dzieci)
- **11:50** Wspólna rozgrzewka
- **12:00** Start honorowy – bieg główny 10 km, bieg młodzieżowy i Nordic Walking 5 km
- **12:10** Start ostry.
- **14:15** Wręczenie nagród.
- **15:30** Zakończenie imprezy.

## V UCZESTNICTWO

- W biegu młodzieżowo-rekreacyjnym/ Nordic Walking rekreacyjnym na 5 km prawo startu mają osoby, które do dnia 06.09.2014 r. ukończą 12 lat.
- W biegu głównym prawo startu mają osoby, które do dnia 06.09.2014 r. ukończą 16 lat.
- Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w dniu 05.09.2014 w sklepie Decathlon Piaseczno lub w dniu biegu 06.09.2014 r. w biurze zawodów na obiekcie Zimne Doły.
- Uczestnicy podczas weryfikacji muszą posiadać dokument tożsamości z datą urodzenia oraz zdjęciem.
- Podczas weryfikacji wymagany będzie własnoręczny podpis startującego na karcie zgłoszeniowej lub oświadczenie potwierdzające start na własną odpowiedzialność.
- W szczególnych przypadkach wymagających badania lekarskiego, decyzja lekarza przed startem i w czasie trwania biegu jest ostateczna.
- Uczestnicy do lat 18 zobowiązani są do przedstawienia pisemnej zgody rodziców lub opiekunów prawnych na uczestnictwo w biegu.
- Odbieranie pakietów startowych odbywać się będzie na podstawie kart zgłoszeniowych.

## VI ZGŁOSZENIA

- Zgłoszenia przyjmowane są poprzez formularz dostępny na stronach internetowych [www.kondycja.com.pl](http://www.kondycja.com.pl) w zakładce nasze imprezy, [www.datasport.pl](http://www.datasport.pl) do końca dnia 01.09.2014 r
- Po upływie powyższego terminu zgłoszenie będzie możliwe wyłącznie w biurze zawodów w dniu 05.09.2014 w sklepie Decathlon Piaseczno lub w biurze zawodów 06.09.2014 na obiekcie Zimne Doły w Żabieńcu.
- Numer startowy zostanie przyznany po zaksięgowaniu opłaty startowej na koncie organizatora.
- Organizator ustala łączny limit 500 osób uczestników (biegi na 10 km i 5km).
- Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia rejestracji po osiągnięciu limitu.

## VII BIURO ZAWODÓW I WYDAWANIE PAKIETÓW

- Biuro zawodów i wydawanie pakietów w dniu 05 września 2014 r. w sklepie Decathlon Piaseczno w godz. 15:00 – 20:00.
- Biuro zawodów i wydawanie pakietów – na obiekcie Zimne Doły w Żabieńcu k. Piaseczna. – w dniu 06.09.2014 od godz. 9:00 – 11:45

## VIII OPŁATA STARTOWA

- Opłata startowa 5 i 10 km wynosi:
  - 30 zł – przy zgłoszeniu i wpłacie do dnia 20.07.2014 roku
  - 40 zł – przy zgłoszeniu i wpłacie do dnia 01.09.2014 roku
  - 60 zł – przy zgłoszeniu i wpłacie po dniu 01.09.2014 roku
- Opłata startowa w biegach dziecięcych wynosi 10,00 zł
- Opłata startowa w biegach dziecięcych w dniu biegu wynosi 20,00 zł, jeżeli limit nie zostanie wyczerpany

Opłatę można zrealizować na stronie [www.datasport.pl](http://www.datasport.pl) przy rejestracji do biegu, wybierając opcję „zapłać” lub na konto organizatora:

Stowarzyszenie Rekreacyjno-Sportowe „Kondycja” Żabieniec ul. Leśna 1 05-500 Piaseczno Millennium  
Bank 46 1160 2202 0000 0001 2959 5565

- Opłatę rejestracyjną należy wpłacać na konto bankowe w ciągu 7 dni od daty zgłoszenia.
- W tytule wpłaty (przelew bankowy) należy wpisać imię i nazwisko uczestnika, którego opłata startowa dotyczy.
- Organizator nie wystawia faktur VAT.
- Organizator nie odpowiada za zaginięcie przelewu.
- Uczestnik, który dokonał opłaty i nie wystartował w biegu z przyczyn niezależnych od organizatora, nie może ubiegać się o zwrot opłaty startowej.
- Nie ma możliwości przekazania opłaty na innego uczestnika.
- Istnieje możliwość wniesienia opłaty startowej za większą liczbę osób na jednym blankiecie wpłaty (jednym przelewie). W tym wypadku w dopisku (w tytule przelewu) należy wpisać „opłata grupowa” oraz imiona i nazwiska wszystkich osób zgłaszanych do biegu.

## IX POMIAR CZASU

- Pomiaru czasu i ustalenia kolejności w poszczególnych biegach będzie dokonywała firma Data Sport za pomocą chipów.
- Posiadanie takiego chipu jest warunkiem wzięcia udziału w biegu i sklasyfikowania w komunikacie końcowym.
- Nie należy zamieniać chipów.
- Numer startowy powinien być umieszczony z przodu tak, aby był całkowicie widoczny.
- Niewłaściwe zamocowanie numeru startowego z chipem może spowodować niesklasyfikowanie zawodnika.

## X KLASYFIKACJE

- W Biegu Głównym na 10 km prowadzona będzie klasyfikacja generalna, oddzielnie dla kobiet i mężczyzn, oraz w kategoriach wiekowych kobiet i mężczyzn, Nagrody nie będą wręczane jeśli w danej kat. będzie mniej niż 3 osoby.
- - Kobiety
  - K 16 – 29 lat
  - K 30 – 39 lat
  - K 40 – 49 lat
  - K 50 – i powyżej
  - Mężczyźni
  - M 16 – 29 lat
  - M 30 – 39 lat
  - M 40 – 49 lat
  - M 50 – 59 lat
  - M 60 i powyżej
- Uwaga ! O zaliczeniu do grupy wiekowej decyduje rok urodzenia.
- Zawodnicy z klasyfikacji generalnej nie otrzymują nagród w kategoriach wiekowych.
- W biegu na 5 km prowadzona będzie klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn bez podziału na kategorie wiekowe.

- W marszu Nordic Walking prowadzona będzie klasyfikacja generalna kobiet i mężczyzn bez podziału na kategorie wiekowe. Aby kategoria została sklasyfikowana, musi wystartować i ukończyć marsz co najmniej trzech zawodników.
- Zgodnie z przepisami PZLA klasyfikacja zawodników w kategorii generalnej odbywa się na podstawie czasu brutto (liczonego od chwili strzału startera). Pozostałe klasyfikacje odbywają się na podstawie czasów netto (liczonych od chwili przekroczenia linii startu przez zawodnika).
- We wszystkich biegach imprezy Frog Race prowadzone będą osobno klasyfikacje kobiet i mężczyzn. Liczba i rodzaj klasyfikacji może się zmienić w zależności od pozyskanych sponsorów.

## **XI NAGRODY**

### **Bieg Główny 10 km**

- Zdobywcy miejsc I-III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn otrzymują puchary oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez sponsorów.
- W kategoriach wiekowych zdobywcy miejsc I-III upominki rzeczowe.
- Powyższe nagrody zostaną przyznane na podstawie komunikatu o wynikach, przekazanego Organizatorowi biegu przez Data Sport na podstawie odczytu danych z chipów, wmontowanych w numery startowe uczestników biegu, zweryfikowanych na godz. 14:05 w dniu imprezy. Jakikolwiek późniejsze zmiany miejsc na listach wyników nie wpływają na zmianę przyznanych nagród

### **Bieg rekreacyjno młodzieżowy 5 km i Nordic Walking Rekreacyjny**

- Zdobywcy miejsc I-III w klasyfikacji generalnej kobiet i mężczyzn otrzymują puchary oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez sponsorów.

Liczba nagród może się zmienić w zależności od pozyskanych sponsorów.

## **XII PAKIET STARTOWY**

- Pamiątkowa koszulka Coll Dri
- Numer startowy z wbudowanym chipem, agrafka
- Talon na gorący posiłek

## **XIII POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

- Każdy uczestnik biegu Frog Race VI ma obowiązek zapoznać się z regulaminem i przestrzegać jego treści.
- Pobranie przez zawodnika numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.
- Organizator zastrzega sobie prawo do przeprowadzenia z każdym z uczestników biegu wywiadu i robienia mu zdjęć oraz filmowania na potrzeby reklamowe, promocyjne, wykorzystywane w Internecie lub w transmisjach radiowo- telewizyjnych oraz na inne potrzeby komercyjne.
- Organizator zastrzega sobie prawo do nieodpłatnego wykorzystywania na całym świecie wszelkich zdjęć, materiałów filmowych, wywiadów i nagrań dźwiękowych przedstawiających

uczestników biegu. Mogą one być wykorzystywane zarówno poprzez umieszczenie na nośnikach typu CD-ROM, DVD w katalogach oraz mediach, na stronach internetowych w gazetach i na wystawach, jak i na potrzeby promocyjno – reklamowe związane z działalnością prowadzoną przez Organizatora.

- Zawodnicy uczestniczą w biegach na swoją odpowiedzialność. Za własne działania odpowiadają według przepisów Kodeksu Cywilnego i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
- Na miejsce biegu zabrania się wnoszenia środków odurzających, nielegalnych substancji, środków podnoszących wydajność fizyczną oraz napojów alkoholowych jakiegokolwiek rodzaju.
- Zawodnikom startującym zabrania się zażywania wyżej wymienionych środków oraz substancji zarówno przed biegiem, jak i w jego trakcie, pod karą wykluczenia z biegu. W przypadku stwierdzenia naruszenia powyższego zakazu, Organizator zastrzega sobie możliwość wykluczenia zawodnika z udziału w biegu, bez zwrotu opłaty startowej.
- Zawodnicy powinni posiadać zaświadczenie lekarskie o braku przeciwwskazań do udziału w biegu lub podpisane własnoręcznie oświadczenie o zdolności do udziału w biegu.
- Zawodnicy powinni posiadać dowód osobisty lub inny dokument tożsamości.
- Osobę niepełnoletnią zgłasza osobiście rodzic lub prawny opiekun i ponosi pełną odpowiedzialność za jej start.
- Ostateczna interpretacja regulaminu należy do Organizatorów.
- Podczas biegu wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte z przodu okrycia wierzchniego. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości grozi dyskwalifikacją.
- Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie Frog Race.
- Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie trwania imprezy.
- Koszty przejazdu i noclegu ponoszą uczestnicy.
- Protesty w formie pisemnej można składać w biurze zawodów do 15 minut po zakończeniu biegu.
- Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga dyrektor biegu po konsultacji z sędzią.
- W sprawach nie objętych regulaminem rozstrzyga Organizator.
- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi.

## **XIV REGULAMIN BIEGÓW DZIECIĘCYCH I MŁODZIEŻOWYCH**

- Zgłoszenia do biegów towarzyszących prowadzone będą tylko w biurze zawodów w dniu 05.09 2014 w sklepie Decathlon Piaseczno w godz. 15:00 – 20:00. lub w dniu startu dnia 6 września 2014 r.(sobota) w biurze zawodów na Obieckie Zimne Doły w Żabieńcu k. Piaseczna w godz. 9:00- 10:15
- Limit uczestników 200 osób;, decyduje kolejność zgłoszeń.
- Wymagana jest zgoda rodzica lub opiekuna prawnego na udział w biegu. Formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie [www.kondycja.com.pl](http://www.kondycja.com.pl) lub w biurze zawodów.
- Zdobywcy miejsc I-III w klasyfikacji generalnej dziewcząt i chłopców w poszczególnych biegach otrzymują upominki.

### **OPLATA STARTOWA**

- Opłata startowa w biegach dziecięcych wynosi 10,00 zł
- Opłata startowa w dniu biegu wynosi 20,00 zł jeżeli limit nie zostanie wyczerpany

## **PAKIET STARTOWY**

- okolicznościową koszulkę (pierwszych 200 osób zweryfikowanych/ opłaconych)
- talon na posiłek
- numer startowy + agrałki

## **PROGRAM DLA DZIECI**

- **09:00 – 10:15** Zapisy
- **10:30 – 100m** bieg przedszkolaków – dziewczęta (rocznik 2007 i młodsze)
- **10:35 – 100m** bieg przedszkolaków – chłopcy (rocznik 2007 i młodsze)
- **10:40 – 200m** bieg dziewczęta (roczniki 2006-2005)
- **10:45 – 200m** bieg chłopcy (rocznik 2006-2005)
- **11:00 – 800m** bieg dziewczęta (roczniki 2004-2003)
- **11:10 – 800m** bieg chłopcy (rocznik 2004-2003)
- **11:20 – 1000m** bieg dziewcząt i chłopców ( rocznik 2002-2001)
- **11:30 – 1000m** bieg dziewcząt i chłopców (roczniki 2000 -1998)

Dekoracje zawodników po zakończeniu biegu głównego około godz. 14 00 Uwaga: w przypadku małej liczby dziewcząt lub chłopców biegi mogą zostać rozegrane jednocześnie z późniejszym uwzględnieniem klasyfikacji w odpowiednich kategoriach wiekowych.