



REGULAMIN XII BIEGU RODZINNEGO w DNIU 10.09.2023r.



I. Organizator:

1. Gmina Klaj
2. Rol-ka – Klaj-Renata i Henryk Olszowscy

II. Cele imprezy:

1. Popularyzacja jazdy na rolkach oraz biegów, jako naturalnej i rodzinnej formy spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu.
2. Promowanie zdrowego stylu życia oraz integracja pokoleń mieszkańców gminy.
3. Integracja młodzieży, dzieci i dorosłych we wspólnych sportowych zmaganiach
4. Promocja Gminy Klaj i regionu.

III. Termin i miejsce zawodów

Dnia 10.09.2023r. w Klaju -biuro zawodów Puszcza Niepołomska, zaraz za przejazdem kolejowym-
czynne od godz. 11:00 – 12:00.

Start i meta -obok biura zawodów-Puszcza Niepołomska

IV. Trasa zawodów

1. **dla dzieci 7- 8 lat -400m (Szkoła Podstawowa)**
Biegi: Start w stronę Tartaku i powrót na metę - 400 m
Rolki: Start w stronę Tartaku i powrót na metę - 400 m
2. **dla dzieci 9-10 lat – 900m**
Biegi: Start w stronę Tartaku i powrót na metę - 900 m
Rolki: Start w stronę Tartaku i powrót na metę - 900 m
3. **dla dzieci 11-13 lat**
Rolki: Start w stronę Tartaku i powrót na metę – 1500 m
Biegi: Start w stronę Tartaku i powrót na metę – 900 m
4. **dla młodzieży od 14-16 lat oraz 17 lat i więcej**
Biegi: Start w stronę Tartaku i powrót na metę – 3000 m
Rolki: Start w stronę Tartaku i powrót na metę – 4500 m
5. **dla przedszkolaków**
Biegi: krótki odcinek trasy wyznaczony na miejscu, przez Organizatora - 100 m
6. **dla rodziców z dziećmi - bieg z wózkiem (do 100 m)**
Biegi: krótki odcinek trasy wyznaczony na miejscu, przez Organizatora (do 100 m)

V. Klasyfikacje

1. Dzieci - dystans 400 m (Biegi, rolki)
 - 7- 8 lat (rok urodz. 2015, 2016r.) /dziewczynki, chłopcy/
2. Dzieci – dystans 900 m Biegi
 - 9 - 10 lat (rok urodz. od 2014 do 2013) /dziewczynki, chłopcy/

- **11 - 13 lat** (rok urodz. od 2012 do 2010) /dziewczynki, chłopcy/
3. **Dzieci – dystans 900 m Rolki**
 - **9 - 10 lat** (rok urodz. od 2014 do 2013) /dziewczynki, chłopcy/
 4. **Dzieci – dystans 1500 m Rolki**
 - **11 - 13 lat** (rok urodz. od 2012 do 2010) /dziewczynki, chłopcy/
 5. **Młodzież, dorośli – dystans 3000 m Biegi**
 - **14 – 16 lat** (rok urodz. od 2009 do 2007/dziewczynki, chłopcy/
 - **17 – 25 lat** (rok urodz. od 2006 do 1998/kobiety, mężczyźni/
 - **26 i więcej** (do roku urodz. 1997) /kobiety, mężczyźni/
 6. **Młodzież, dorośli – dystans 4500 m Rolki**
 - **14 – 16 lat** (rok urodz. od 2009 do 2007/dziewczynki, chłopcy/
 - **17 – 25 lat** (rok urodz. od 2006 do 1998/kobiety, mężczyźni/
 - **26 i więcej** (do roku urodz. 1997) /kobiety, mężczyźni/
 5. **Przedszkolaki – dystans 100 m**
 - **Dzieci uczęszczające do przedszkola** /dziewczynki, chłopcy/
 6. **Rodzice z dziećmi - bieg z wózkiem (do 100 m)**
 - **Rodzice wraz z dzieckiem w wózku dzieciennym - Bieg: do 100 m**

VI. Program zawodów:

11:00 -12:00 – rejestracja i odbiór kart startowych uczestników zawodów.

12:15 - start na dystansie 400 m dzieci 7 - 8

rolki

bieg

12:25 - start na dystans 900 m grupy dzieci od 9 – 10 lat

rolki

bieg

12:40 - start na dystans 1500 m grupy dzieci od 11 – 13 lat

rolki

start na dystansie 900 m grupy dzieci od 11 – 13 lat

biegi

13:00 - start na dystansie 4.500 m grupy od 14-16 lat oraz 17 lat -i starsi:

rolki

start na dystansie 3.000 m grupy od 14-16 lat oraz 17 lat -i starsi:

bieg

13:30 - Bieg przedszkolaka -100 m

13:45 - Bieg rodziców z wózkami ☺ - 100 m

14:30 - **Dekoracja zwycięzców i wręczenie nagród**

VII. Zakończenie zawodów

14:30 - dekoracja zwycięzców poszczególnych grup wiekowych i zakończenie zawodów

UWAGA: Dzieci chociaż czasem biegają w grupie ze starszymi dziećmi będą nagrodzone w swoich kategoriach wiekowych z podziałem na chłopców i dziewczynki zgodnie z regulaminem (klasyfikacja)
Rozdamy 72 nagrody za miejsca na podium.

VIII. Warunki uczestnictwa

1. W wyścigach mogą brać udział osoby pełnoletnie.
2. Osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział w imprezie za zgodą prawnego opiekuna.
3. **KAŻDY UCZESTNIK WYŚCIGU NA ROLKACH OBOWIĄZKOWO MUSI MIEĆ ZAŁOŻONY KASK NA GŁOWIE. WSKAZANE JEST ZAŁOŻENIE OCHRONIACZY NA RĘCE I KOLANA!!!**
4. Uczestnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
5. Zabrania się startu zawodnikom będącym pod wpływem alkoholu, bądź innych środków odurzających.
6. Zawodnicy otrzymają numery startowe: *Biegacze –przytwierdzają je na klatce piersiowej*
Rolkarze – przytwierdzają je na prawej nodze

IX. Postanowienia końcowe

1. Wszystkich uczestników XII wyścigu na rolkach oraz biegów obowiązuje niniejszy regulamin.
2. Uczestnik wyraża zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych dla potrzeb biegu i rozpowszechnianie swojego wizerunku na materiałach filmowych i fotograficznych z wyścigu i opublikowania na gminnej stronie internetowej oraz w prasie lokalnej.
3. Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie wyścigu.
4. **Zawody odbędą się bez względu na warunki atmosferyczne.**
5. Organizator nie odpowiada za rzeczy pozostawione bez opieki w trakcie imprezy.
6. Wyniki zawodów będą opublikowane na stronie internetowej urzędu gminy
7. Organizator zastrzega sobie prawo zmian w regulaminie, o których winien poinformować przed lub w trakcie imprezy.
8. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora.
9. W sprawach nieobjętych regulaminem rozstrzyga Organizator.
10. Trasa będzie oznakowana
11. Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosownie do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.
12. Organizator zastrzega sobie prawo do skrócenia trasy lub odwołania przejazdu ze względu na czynniki zewnętrzne, m.in. niesprzyjające warunki atmosferyczne.
13. **Udział w zawodach jest bezpłatny.**
14. **Z uwagi, że zawody odbywają się w lesie bardzo prosimy o zaopatrzenie się w preparaty, które mogą ochronić przed komarami, kleszczami.**