



Gmina Ciepłowody



## REGULAMIN

# „BIEGU SZLAKIEM LEGEND GMINY CIEPŁOWODY”

### I CEL IMPREZY

1. Promocja walorów przyrodniczo-krajobrazowych Gminy Ciepłowody oraz turystyczno-edukacyjnego Szlaku Legend.
2. Zachęcanie mieszkańców do aktywnych i twórczych form spędzania czasu wolnego w oparciu zasoby wykorzystywane na potrzeby rozwoju turystyki.
3. Propagowanie zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Gminy Ciepłowody oraz gmin ościennych.
4. Promowanie Szlaku Legend jako atrakcyjnych terenów do uprawiania rekreacji.

### II ORGANIZATOR

1. Gminny Ośrodek Kultury i Promocji w Ciepłowodach  
Pl.A.Mickiewicza2;57-211 Ciepłowody  
email kontaktowy: [gokip@cieplowody.pl](mailto:gokip@cieplowody.pl)  
kontakt telefoniczny : 748103274;509 791 690
2. Partnerzy : Gmina Ciepłowody, Stowarzyszenie T.O.U.R. Aktywni-Ciepłowody

### III TERMIN I MIEJSCE

1. Bieg odbędzie się dnia 03.10.2020 r.
2. Start : **godz.13:00** teren rekreacyjny przy stawach w Ciepłowodach , o godz. 12:30 odbędzie się obowiązkowa odprawa i rozgrzewka zawodników.
3. Meta : teren rekreacyjny przy stawach w Ciepłowodach
4. Biuro zawodów teren rekreacyjny przy stawach w Ciepłowodach czynne od 11.00 do zakończenia zawodów.
5. Organizatorowi przysługuje prawo do zmiany daty biegu, przy czym zobowiązuje się do powiadomienia uczestników poprzez zamieszczanie odpowiedniej informacji na stronie internetowej [www.gok-cieplowody.eu](http://www.gok-cieplowody.eu) nie później niż 24 godz. Przed planowanym rozpoczęciem biegu.

### IV TRASA I DYSTANS

1. Długość trasy wynosi: 10 km
2. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
3. Opis trasy :  
**ODCINEK A-B** : teren rekreacyjny przy stawach w Ciepłowodach - Kobyla Głowa-  
dystans 3,75 km, nawierzchnia –droga gruntowa  
**ODCINEK B-C** :Kobyla Głowa – Karczowice , droga powiatowa nr 3167D,dystans 2,25 km-  
nawierzchnia -asfalt  
**ODCINEK C-D** : Karczowice – droga gminna nr 118134D,dystans 0,25km,nawierzchnia-bruk  
**ODCINEK D-A** : Karczowice - teren rekreacyjny przy stawach w Ciepłowodach, dystans 3,75 km,  
nawierzchnia – droga gruntowa
4. Trasa będzie częściowo zamknięta dla ruchu kołowego na odcinku B-C: Kobyla Głowa – Karczowice ,  
droga powiatowa nr 3167D w godzinach 13:00-14:00. Zawodnicy są zobowiązani do poruszania się prawą  
stroną jezdni oraz stosowania nakazów policji i służb porządkowych.



Gmina Ciepłowody



#### IV UCZESTNICTWO

1. Każdy uczestnik „Biegu Szlakiem Legend ” ma obowiązek zapoznać się z Regulaminem i zobowiązany jest do jego przestrzegania.
2. Udział w biegu należy zgłosić drogą elektroniczną poprzez formularz zgłoszeniowy na stronie [www.ultimasport.pl](http://www.ultimasport.pl) lub poprzez wypełnienie druku zgłoszeniowego dostępnego w biurze w dniu zawodów.
3. W zawodach prawo startu mają wyłącznie osoby, które odbiorą numery startowe w Biurze Zawodów. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód osobisty lub inny dokument z datą urodzenia.
4. W przypadku osób, które do dnia imprezy nie ukończyły 18 roku życia, wymagane jest posiadanie pozwolenia na udział w biegu podpisanego przez rodziców lub prawnych opiekunów. Oświadczenie takie należy złożyć w Biurze Zawodów przy odbiorze numeru startowego.
5. Warunkiem dopuszczenia zawodnika do biegu będzie własnoręczne podpisanie Oświadczenia zawierającego akceptację warunków regulaminu i deklarację dobrowolnego uczestnictwa, które znajdować się będzie w Biurze Zawodów.
6. Decyzje opieki medycznej dotyczące kontynuowania biegu podczas imprezy są ostateczne i nieodwołalne.
7. Ubezpieczenie sportowe NNW zapewnia organizator.
8. Uczestnicy wyrażają zgodę na podawanie do wiadomości publicznej imienia i nazwiska w celach promocyjnych.

#### V KLASYFIKACJA I NAGRODY

1. Klasyfikacja odbędzie się w następujących kategoriach:
  - a) KOBIECY - 18-29 lat
  - b) MĘŻCZYŹNI -18-29 lat
  - c) KOBIECY -30-39 lat
  - d) MĘŻCZYŹNI - 30-39 lat
  - e) KOBIECY -40 – 49 lat
  - f) MĘŻCZYŹNI -40 – 49 lat
  - g) KOBIECY - 50 lat i więcej
  - h) MĘŻCZYŹNI - 50 lat i więcej
  - i) OPEN KOBIECY
  - j) OPEN MĘŻCZYŹNI
2. Organizator zapewnia puchary i nagrody rzeczowe za zdobycie I,II,III miejsca we wszystkich kategoriach wiekowych oraz kategorii OPEN.
3. Organizator zapewnia medale i pakiety promocyjne dla pierwszych 100 zawodników, którzy ukończą bieg. Wydawanie medali i upominków odbywać się będzie po zakończeniu biegu na podstawie wyników podanych w komunikacie końcowym.
4. Nagrody w Kategorii Wiekowej i kategorii OPEN nie dublują się.

#### VI OPŁATY

Opłata za udział w biegu osoby dorosłej wynosi **10 zł**. Wpłata na nr konta : **39 9533 1027 2004 0402 7599 0001** ; Bank Spółdzielczy w Ząbkowicach Śląskich O/Ciepłowody ; z dopiskiem **Bieg Legend**.  
Koszty sosnowe(np. dojazd)pokrywają uczestnicy imprezy.  
Każdy uczestnik po zakończonym biegu otrzyma gorący posiłek regeneracyjny.



Gmina Ciepłowody



## VII POMIAR CZASU I LIMIT CZASOWY

1. Pomiar czasu i ustalenie kolejności będzie dokonywany systemem elektronicznym na podstawie chipów przyklejonych do numerów startowych, które zawodnik otrzyma podczas weryfikacji w biurze zawodów. Numery startowe z chipami podlegają zwrotowi po zakończeniu biegu. Posiadanie numeru od startu do mety jest warunkiem sklasyfikowania zawodnika w komunikacie końcowym. Niewłaściwe zamocowanie numeru może spowodować niesklasyfikowanie zawodnika.

2. Zawodników obowiązuje limit czasu wynoszący 90 minut. Zawodnicy, którzy nie dobiegną do mety do godz. 14:30 zobowiązani są do przerywania biegu i zejścia z trasy. Zawodnicy, którzy przerywają bieg, będą mogli skorzystać z samochodu z napisem : „Koniec biegu”, który zawiezie ich na metę.

3. Zawodnicy, którzy nie ukończą biegu w limicie czasu nie będą klasyfikowani.

## VIII OPIEKA MEDYCZNA

Organizator zapewnia opiekę medyczną od rozpoczęcia do zakończenia biegu, bez możliwości przeprowadzenia badań uprawniających do biegu.

## IX ZASADY BEZPIECZEŃSTWA COVID-19

1. Organizacja biura zawodów:

- Biuro zawodów czynne tylko w dniu zawodów od godziny 11:00
- Podczas rejestracji zawodników obowiązują maseczki zakrywające nos i usta
- W biurze zawodów odbywać się będzie jedynie rejestracja oraz wydawanie numerów startowych zawodnikom zapisanym i opłaconym poprzez formularz on-line.

2. Organizacja pola startu i sektorów startowych:

- Skład sektorów startowych oraz godziny startu podane zostaną w biurze zawodów po zakończeniu rejestracji zawodników
- W sektorze startowym nie może znajdować się więcej niż 150 osób
- Zawodnicy będą się ustawiać w sektorach startowych na 10 minut przed startem
- W sektorach startowych obowiązuje dystans społeczny pomiędzy zawodnikami

3. Organizacja pola mety:

- Po przebiegnięciu linii mety zawodnik jest zobowiązany do zachowania dystansu społecznego w stosunku do innych uczestników zawodów oraz służb organizatora.
- Bufet na mecie będzie składał się z herbaty oraz ciepłego posiłku zapakowanego w indywidualne hermetyczne opakowanie.
- Korzystanie z bufetu wyłącznie przy zachowaniu dystansu społecznego pomiędzy osobami korzystającymi.

4. Organizacja dekoracji:

Podczas ceremonii dekoracji obowiązują maseczki zakrywające nos i usta osoby dekorowanej oraz dekorujące.



Gmina Ciepłowody



## IX POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
2. Organizator zapewnia opiekę medyczną .
3. Organizator nie odpowiada za rzeczy zaginione w trakcie trwania Imprezy.
4. Każdy zawodnik ma obowiązek zachować szczególną ostrożność i stosować się do poleceń organizatorów i służb porządkowych.
5. Uczestnicy biegu przebywając na drodze publicznej zobowiązani są do przestrzegania ustawy Prawo o Ruchu drogowym. Nad bezpieczeństwem uczestników i zabezpieczeniem trasy będzie czuwała Policja i jednostki OSP.
6. Organizator zastrzega sobie prawo odwołania imprezy lub jej przerwania bez podawania przyczyn.
7. Wszyscy uczestnicy biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
8. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany i ostatecznej interpretacji niniejszego Regulaminu.
9. Wszyscy uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa oraz kultury osobistej i dbałości o porządek na terenie organizacji zawodów.
10. W sprawach nie objętych regulaminem rozstrzyga organizator.
11. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi.

ORGANIZATOR  
KONTAKT

email: [gokip@cieplowody.pl](mailto:gokip@cieplowody.pl)  
telefon: 74 8103274 lub 509791690