



województwo  
**łódzkie**

**dotacje**  
ŁÓDZKIE NA PLUS

## REGULAMIN BIEGU II CROSS PO ZMIERZCHU

w dniu 28.11.2020r.

### **I. ORGANIZATOR:**

Stowarzyszenie Rajsport Active  
ul. Warszawska 6, 98-200 Sieradz

### **CELE:**

- promowanie rozwoju sportu dla wszystkich i aktywności fizycznej wszystkich środowisk
- propagowanie biegania i nordic walking jako rekreacyjnej formy ruchowej
- propagowanie zdrowego trybu życia
- integracja środowisk biegowych i nordic walking
- zwiększenie aktywności fizycznej społeczeństwa

### **Termin i miejsce:**

termin: 28.11.2020r.

Biuro zawodów: Świetlica Gminna przy Ulicy Skrajnej współrzędne 51.640018, 19.330422

Start i meta: Świetlica Gminna przy Ulicy Skrajnej

### **trasa:**

1. 10km- bieg przełajowy
2. 10km- marsz nordic walking przełajowy

Rodzaj trasy: tereny leśne w okolicach Hermanowa

Trasa będzie oznakowana, zabezpieczona. Nawierzchnia - tereny leśne 95%, asfalt/płyty 5%

Punkt z wodą będzie znajdował się na około 5 km trasy.

**Organizator na punkcie udostępni papierowe kubeczki, które należy wyrzucić w strefie do tego przeznaczonej i oznaczonej. Wyrzucenie kubeczka po za strefą do tego przeznaczoną będzie wiązało się z automatyczną dyskwalifikacją.**

### **Program zawodów:**

- 16:00 otwarcie biura zawodów.
- 17:15 zamknięcie biura zawodów
- 17:45 wspólna rozgrzewka
- 18:00 start biegu 10km
- 18:05 start marszu nordic walking
- 19:30 zamknięcie trasy biegu 10 km
- 20:00 zakończenie i zamknięcie trasy marszu 10km
- ok 21:20 dekoracja zwycięzców (godzina może ulec zmianie).



województwo  
**łódzkie**

**dotacje**  
ŁÓDZKIE NA PLUS

## ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

W II CROS PO ZMIERZCHU prawo startu mają osoby, które najpóźniej w dniu zawodów ukończą **16 lat** (osoby niepełnoletnie mogą wziąć udział wyłącznie za pisemną zgodą rodzica lub prawnego opiekuna- załącznik u dołu regulaminu).

Zgłoszenia do biegu przyjmowane będą :

- elektronicznie na stronie [www.rajsportactive.pl/zapisy](http://www.rajsportactive.pl/zapisy) do dnia 16.11.2020r. (w przypadku uprzedniego wyczerpania się limitu zapisy zostaną automatycznie zamknięte).
- osobiście w biurze zawodów w dniu 28.11.2020 (**tylko w przypadku nie wyczerpania się limitu miejsc**) **do godz 17:00**

limit zawodników wynosi łącznie: 250 osób łącznie dla obu dystansów

### limit czasu

bieg 10km: 90 min

marsz: 115 min

Po tym czasie osoby znajdujące się na trasie zobowiązane zostaną do jej opuszczenia.

2. Za zgłoszenie uważa się wypełnienie formularza, wypełnienie oświadczenia ( umieszczonego na końcu regulaminu) i dokonanie opłaty startowej w kwocie wskazanej poniżej.

### UWAGA

**Uczestnik, który rejestrując się na bieg nie dokona jednocześnie opłaty wpisowej nie zostanie umieszczony na liście startowej. Na liście widnieją tylko zawodnicy opłacony.**

- Pakiet startowy od 21.09.2020 do 16.11 2020- **30zł**
- Pakiet startowy w dniu zawodów- **50zł**

### UWAGA WAŻNE: OPŁAT DOKONUJEMY ZA POMOCĄ ELKTRONICZNEGO SYSTEMY PŁATNOŚCI **DOTPAY** PODPIĘTEGO POD SYSTEM ZAPISÓW.

W przypadku rezygnacji, dyskwalifikacji lub wycofania się uczestnika, organizator nie zwraca wpisowego.

Osoby, które dokonują opłaty elektronicznej w ostatnich dniach przed biegiem (nie przekraczając terminów podanych w regulaminie) proszone są o **zabranie ze sobą dowodu wpłaty wpisowego**. W przypadku nie posiadania takiego dowodu i braku możliwości zweryfikowania otrzymania tej płatności przez organizatora zawodnik chcąc wziąć udział w biegu, będzie musiał zapłacić wpisowe bezpośrednio w kasie Biura Zawodów.

3. W ramach wpisowego uczestnik otrzymuje:

- medal okolicznościowy po ukończeniu zawodów
- numer i **ZWROTNY** chip startowy do elektronicznego pomiaru czasu
- pakiet żywieniowy
- wodę

4. Administrator strony internetowej [www.rajsportactive.pl](http://www.rajsportactive.pl) będzie umieszczał potwierdzenie opłaconego zgłoszenia danego zawodnika do 2 dni roboczych od zakończenia zapisów.



województwo  
**łódzkie**

**dotacje**  
ŁÓDZKIE NA PLUS

## UCZESTNICTWO

- **Przed wejściem na teren zawodów każdy uczestnik zobowiązany jest wypełnić i złożyć ankietę COVID oraz poddać się kontroli temperatury- odmowa wiąże się z niemożliwością uczestnictwa w zawodach.**  
Osoby o podwyższonej temperaturze, z objawami choroby temperaturze nie zostaną wpuszczone na teren obiektu i nie będą mogli wziąć udziału w zawodach.
- **Osoby odbywające kwarantannę lub mieszkające z osobami odbywającymi kwarantannę nie mogą wziąć udziału w zawodach.**
- **Obowiązuje nakaz zachowania dystansu społecznego 1,5m.**
- **Wszelkie objawy złego samopoczucia, w tym gorączkę, kaszel, duszności należy bezzwłocznie zgłosić służbom organizatora. Przed wejściem na teren obiektu należy zasłonić usta i nos maseczką oraz zdezynfekować ręce.**
- **Należy bezzwłocznie stosować się do wytycznych organizatora dotyczących epidemii COVID-19**  
[https://drive.google.com/file/d/1xcY4vL2hpk\\_YIXGhIIHAXNDIVpv8bflx/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1xcY4vL2hpk_YIXGhIIHAXNDIVpv8bflx/view?usp=sharing)
- **Wszyscy Zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów w celu podpisania oświadczenia oraz odebrania pakietu startowego. Podstawą weryfikacji jest dowód osobisty bądź inny dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość.**
- **Zawodnicy zobowiązani są odebrać pakiet startowy do godz. 17:15. Po tej godz. pakiety nie będą wydawane z powodu zamknięcia listy startowej w systemie pomiarowym.**
- **Uczestnik biegu podpisując oświadczenie akceptuje warunki Regulaminu.**
- **Niepełnoletni uczestnicy mogą wystartować pod warunkiem podpisania przez rodzica/opiekuna prawnego oświadczenia o stanie zdrowia i starcie dziecka na odpowiedzialność rodzica/opiekuna prawnego.**
- **Uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania zasad bezpieczeństwa i podporządkowania się decyzjom Organizatora. Zawodnicy ponoszą w pełni odpowiedzialność za własne działania i zachowanie.**
- **Impreza ma charakter rekreacyjny .**
- **Wszystkie objawy złego samopoczucia należy zgłosić Organizatorom.**
- **Zawodnicy pod wpływem alkoholu i substancji psychotropowych nie zostaną dopuszczeni do udziału w zawodach.**
- **Zawodnicy będą mieli możliwość zostawienia rzeczy osobistych na czas biegu w depozycie. Za rzeczy pozostawione poza depozytem lub zgubione Organizator nie ponosi odpowiedzialności. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za pozostawione rzeczy o dużej wartości typu telefony komórkowe, aparaty fotograficzne itp.**
- **Każdy zawodnik ma obowiązek posiadania podczas biegu i marszu latarki lub latarki czołowej, która musi być włączona przez cały czas trwania biegu lub marszu.**

## ODBIÓR PAKIETÓW

Odbiór pakietów startowych oraz chipów w dniu 28.11.2020r. w godz. 16:00 – 17:15 w Biurze Zawodów mieszczącym się w świetlicy gminnej.

Pakiety wydawane są na podstawie ważnego dokumentu tożsamości. Każdy zawodnik przed otrzymaniem pakietu zobowiązany jest złożyć wypełnione oświadczenie zawodnika (oświadczenie znajduje się u dołu niniejszego regulaminu) – odmowa złożenia oświadczenia jest równoznaczna z brakiem możliwości startu w zawodach. Po godz 17:15 ze względu na specyfikę systemu elektronicznego i zamknięcie list startowych pakiety nie będą wydawane.



województwo  
**łódzkie**

**dotacje**  
ŁÓDZKIE NA PLUS

## POMIAR CZASU W BIEGU I NORDIC WALKING 10km

Pomiar czasu odbędzie się za pomocą zwrotnych chipów mocowanych do butów. Brak numeru oraz prawidłowo zamontowanego chipa przy bucie będzie równoznaczny z dyskwalifikacją zawodnika.

Każdy zawodnik zobowiązany jest do zwrócenia chipa na mecie biegu. Do klasyfikacji generalnej biegu liczy się czas brutto 3 pierwszych zawodników oraz czas netto pozostałych. W przypadku marszu nordic walking liczy się czas brutto.

### 1. KLASYFIKACJE I KATEGORIE

Podczas Biegu na 10km prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- kat Open kobiet I-III
- kat Open mężczyzn I-III

Podczas marszu nordic walking 10 km prowadzone będą następujące klasyfikacje:

- kat Open kobiet I-III
- kat Open mężczyzn I-III

Zawodnicy z klasyfikacji open w kategorii kobiet i mężczyzn w biegu 10 km oraz marszu nordic walking 10km otrzymają pamiątkowe puchary.

W przypadku pozyskania sponsorów, Organizator przewiduje wprowadzenie klasyfikacji wiekowych dla zawodników w biegu 10 km i marszu nordic walking 10 km. O takim zajściu Organizator będzie informował na wydarzeniu II CROSS PO ZMIERZCHU na portalu Facebook.

### WYNIKI

1. Oficjalne wyniki będą zamieszczone na stronie internetowej zawodów.

**DEPOZYT:** ze względu na obostrzenia związane z COVID-19 nie będzie prowadzony klasyczny depozyt ani szatnie. Zawodnicy mogą pozostawić w biurze zawodów jedynie kluczyki w tzw. „depozycie kluczykowym”. Organizator nie zapewnia pryszniców. Organizator zapewnia sanitariaty

### POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Podczas biegu i marszu wszyscy zawodnicy muszą mieć numery startowe przymocowane do przedniej części koszulek startowych. Zastąpienie numeru startowego w części lub w całości bądź jego modyfikacja jest zabroniona pod karą dyskwalifikacji. Numery startowe są bezwrotne. **Chip startowy jest zwrotny- kara za niezwrócenie chipa wynosi 30zł.**
2. **Przed wejściem na teren zawodów każdy uczestnik zobowiązany jest wypełnić i złożyć ankietę COVID oraz poddać się kontroli temperatury- odmowa wiąże się z niemożliwością uczestnictwa w zawodach.**
3. Wszelkie objawy złego samopoczucia, w tym gorączkę, kaszel, duszności należy bezzwłocznie zgłosić służbom organizatora.

4. Należy bezwzględnie stosować się do wytycznych organizatora dotyczących epidemii COVID-19



województwo  
**łódzkie**

**dotacje**  
ŁÓDZKIE NA PLUS

5. Przebywanie na trasie Biegu i marszu bez ważnego numeru startowego jest niedozwolone. Osoby bez ważnego numeru startowego będą usuwane z trasy przez obsługę trasy. W szczególności zabrania się poruszania po trasie biegu na rowerach (z wyłączeniem osób, które będą pełniły funkcje porządkowe/bezpieczeństwa w uzgodnieniu z organizatorem Biegu / marszu)
6. Zabrania się wnoszenia na trasę biegu przedmiotów, które mogą być niebezpieczne dla innych uczestników.
7. Uczestnicy biorący udział w imprezie wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych, zezwalają na korzystanie ze swojego wizerunku, zdjęć, filmów na potrzeby organizatora tj. internet, prasa, ulotki, plakaty itp. i wyrażają zgodę na przetwarzanie danych osobowych.
8. Kategoria jest uznana, jeśli wystartuje min. 3 Zawodników
9. Organizator zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian regulaminu w okresie przygotowawczym w celu zapewnienia właściwej realizacji biegu, zgodnie z oczekiwaniami uczestników i uwarunkowaniami zewnętrznymi. Organizator nie zapewnia Uczestnikowi jakiegokolwiek ubezpieczenia na życie, zdrowotnego, OC, z tytułu choroby, wypadku, odniesienia obrażeń, śmierci lub szkód, jakie mogą wystąpić w związku z obecnością lub udziałem Uczestnika w imprezie oraz nie ponosi z tego tytułu odpowiedzialności Organizator zastrzega sobie prawo do odwołania biegu i marszu lub ich przerwania bez podania powodów.
10. Uwzględniając przepisy Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady UE 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (RODO) uczestnicy biorący udział w imprezie wyrażają zgodę na przetwarzanie swoich danych osobowych, zezwalają na korzystanie ze swojego wizerunku, zdjęć, filmów na potrzeby organizatora tj. internet, prasa, ulotki, publikacja wyników, list, grafik, plakatów, zdjęć itp.
11. Organizator zapewnia wszystkim uczestnikom biegu opiekę medyczną.
12. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za wypadki mające miejsce na trasie biegu wynikające z winy uczestników.
13. Nie można skracać trasy biegu wychodząc poza wyznaczoną trasę.
14. Uczestnik startuje wyłącznie na własną odpowiedzialność i ponosi związane z tym ryzyko. Wszyscy uczestnicy przyjmują do wiadomości, że udział w biegu wiąże się z wysiłkiem fizycznym i pociąga za sobą naturalne ryzyko i zagrożenie wypadkami
15. Ze względów bezpieczeństwa uprasza się zawodników o nie startowanie w biżuterii, szczególnie łańcuszkach, kolczykach. Organizator nie ponosi odpowiedzialności za uszczerbek na zdrowiu powstały w wyniku noszenia niedozwolonych ozdób, jak również nie ponosi odpowiedzialności za ich zgubienie.
16. Organizator zastrzega sobie prawo do zezwolenia personelowi medycznemu i paramedycznemu zatrudnionemu w imieniu organizatora do udzielenia pierwszej pomocy medycznej lub wykonania innych zabiegów medycznych, także transportu uczestnika poszkodowanego w bezpieczne miejsce
17. Pisemne protesty można zgłaszać w Biurze zawodów po zakończeniu zawodów
18. Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie organizatorowi biegu i marszu.
19. W sprawach nieujętych w Regulaminie ostateczną decyzję podejmuje Organizator

**KONTAKT:**

rajsport.sieradz@gmail.com

dział techniczny zapisów: 663-748-312 lub 43 827-17-47

trasa: 792413456

