

11. Bieg św. Franciszka - Prażmów 2024

Gmina Prażmów oraz Stowarzyszenie Rekreacyjno-Sportowe Kondycja serdecznie zapraszają na Bieg św. Franciszka do Prażmowa, który odbędzie się w niedzielę 6 października 2024 r.

PROGRAM MINUTOWY

- 13:30 - 14:00 Zapisy do Biegu Dzieci, Młodzieży i Głównego
- 14:10 Start Biegu Dzieci 500 m rocznik 2015 i młodsi
- 14:20 Start biegu Młodzieży 1500 m 2014-2013-2012-2011
- 14:30 Start Biegu Głównego na 5km ur. 2012 i starsi
- 14:30 bieg z Psem 5km wspólnie z biegiem Głównym, tylko i wyłącznie za zgodą organizatora
- Zawodnik biorący udział w biegu z psem bierze pełną odpowiedzialność za szkody wyrządzone osobą trzecim podczas imprezy i zaświadcza, że pies posiada ważną książeczkę szczepień

Zapisy w dniu biegu !!!:

Limit 150 miejsc.

Bieg bez opłaty startowej

REGULAMIN

- Popularyzacja biegu jako formy czynnego wypoczynku i rekreacji ruchowej oraz zdobywanie nowych jej zwolenników.
- Aktywne spędzanie czasu wolnego na świeżym powietrzu.
- Promowanie zdrowego stylu życia wśród mieszkańców Gminy Prażmów i okolic.
- Integracja środowiska lokalnego i sportowego.

II ORGANIZATORZY

- Gmina Prażmów
- Współorganizatorzy:
- Parafia w Prażmowie.
- Wykonawca:
- Stowarzyszenie Rekreacyjno-Sportowe „Kondycja”

III TERMIN I MIEJSCE

- Bieg odbędzie się dnia 6 Października 2024 r. o godz. 14:30 w Prażmowie (tuż obok kościoła)

IV PROGRAM MINUTOWY

- 13:30 - 14:00 Zapisy do biegów.
- 14:10 Start Biegu Dzieci 500 m
- 14:20 Start biegu Młodzieży 1500 m
- 14:30 Start Biegu Głównego na 5 km. (bieg z psem wspólnie z biegiem Głównym, tylko i wyłącznie za zgodą organizatora)

V UCZESTNICTWO

- Wszyscy zawodnicy muszą zostać zweryfikowani w dniu 6.10.2024 w Biurze zawodów tuż obok Kościoła w Prażmowie.
- W biegu głównym mają prawo startu osoby, które do dnia 6.10.2024 r. ukończą 12 lat.
- W biegu na 1500 m prawo startu mają dzieci ur. 2014-2013-2012-2011
- W biegu na 500 m prawo startu mają dzieci ur. 2015 i młodszy.
- 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 numerów startowych odbywać się będzie na podstawie kart zgłoszeniowych.

VI ZGŁOSZENIA

- Zgłoszenia przyjmowane w dniu biegu w godz. 13 30- 14 00
- Organizator ustala łączny limit 80 osób / 500 m, 1500 m oraz 5 km.
- Organizator zastrzega sobie prawo wcześniejszego zamknięcia rejestracji po osiągnięciu limitu.

VII BIURO ZAWODÓW

- Biuro zawodów w godz. 13:30 - 14:00 tuż obok kościoła w Prażmowie obok linii startu.

VIII POMIAR CZASU

- Pomiaru czasu i ustalenia kolejności w poszczególnych biegach będzie dokonywało Stowarzyszenie Kondycja za pośrednictwem elektronicznego stopera z drukarką.
- Karta startowa powinna być umieszczona z przodu tak, aby była całkowicie widoczna.

IX KLASYFIKACJE

- W biegach na 500 m, 1500 m i Głównym na 5 km m prowadzona będzie klasyfikacja K i M.
- W biegu z Psem na 5 km bez podziału na kat. K i M.

X NAGRODY

- We wszystkich biegach K i M zawodnicy otrzymują pamiątki z biegu.

XI POSTANOWIENIA KOŃCOWE

- Każdy uczestnik biegu ma obowiązek zapoznać się z regulaminem i przestrzegać jego treści.
- Pobranie przez zawodnika numeru startowego jest równoznaczne z akceptacją regulaminu. 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.
- 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.
- 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 crossu wszyscy uczestnicy muszą mieć numery startowe przypięte z przodu okrycia wierzchniego. Zasłanianie numeru startowego w części lub w całości grozi dyskwalifikacją.
- Organizator jest ubezpieczony od odpowiedzialności cywilnej.
- Organizator zapewnia opiekę medyczną na trasie i mecie.
- 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 po konsultacji z sędzią.
- W sprawach nie objętych regulaminem rozstrzyga Organizator.
- Wiążąca i ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu przysługuje wyłącznie Organizatorowi.