

**REGULAMIN BIEGU**  
**III Kowarska Wiosenna „Piątka”**  
*21 maja 2022*

**Cel imprezy:**

- Popularyzacja biegania jako formy rekreacji fizycznej
- Propagowanie zdrowego stylu życia wśród dzieci, młodzieży i dorosłych
- Promocja miasta Kowary

**Organizator:**

- Stowarzyszenie Miłośników Sportu Kowary, ul. 1 Maja 72, 58-530 Kowary

**Współorganizator:**

- Gmina Miejska Kowary
- Szkoła Podstawowa nr 3 w Kowarach
- MKS Olimpia Kowary

**Termin i miejsce:**

- Bieg odbędzie się w dniu 21 maja 2022 roku (sobota)
- Start i meta usytuowane na stadionie miejskim w Kowarach.
- Kategorie wiekowe (bez podziału na płeć). Pierwszych 200 zapisanych otrzyma medale pamiątkowe:
  - Bieg Skrzata – do rocznika 2015 – 100 m
  - Bieg Malucha – rocznik 2013-2014 – 200 m
  - Bieg Żaka – rocznik 2012-2011 – 600 m
  - Bieg Kadeta – rocznik 2010-2009 – 800 m
  - Bieg Juniora Młodszego – rocznik 2008-2007 – 1000 m
  - Bieg Juniora – rocznik 2006-2005 – 2000 m
- Bieg Główny OPEN od rocznika 2004 – 5000 m (pomiar czasu, podział na płeć). W biegu głównym limit uczestników (50 osób), powyżej limitu nie gwarantujemy otrzymania medalu pamiątkowego.

**Zapisy:**

- Zapisy w dniu biegu od godziny 9:30 do 10:45 (stadion miejski w Kowarach)

## **Program imprezy:**

9:30 – 10:45 - zapisy

### **10:50 – Uroczyste otwarcie imprezy**

11: 00 - BIEG SKRZATA (do rocznika 2015)

- Bieg na dystansie 100 m

11:05 – BIEG MALUCHA (rocznik 2013-2014)

- Bieg na dystansie 200 m

11: 15 – BIEG ŻACZKA (rocznik 2012-2011)

- Bieg na dystansie 600 m

*11:25 – dekoracja zwycięzców w biegach SKRZATA, MALUCHA, ŻACZKA*

11:30 – BIEG KADETA (rocznik 2010-2009)

- Bieg na dystansie 1000 m

11:45 – BIEG JUNIORA (rocznik 2008-2005)

- Bieg na dystansie 2000 m

12:10 – BIEG GŁÓWNY (od rocznika 2004)

- Bieg na dystansie 5000 m

12:50 – Dekoracje zwycięzców w kategoriach:

KADETA, JUNIORA MŁODSZEGO I JUNIORA

13:00 – Dekoracje w biegu głównym

ZAKONCZENIE IMPREZY

## **Uczestnictwo:**

- W biegu biorą udział wszystkie osoby chętne,
- Warunkiem dopuszczenia do biegu jest podpisanie własnoręcznie oświadczenia (osoby pełnoletnie),
- Do biegu dopuszcza się osoby niepełnoletnie pod warunkiem złożenia pisemnego oświadczenia przez jego rodzica lub prawnego opiekuna,

- Podpisanie oświadczenia jest jednoznaczne z akceptacją regulaminu
- W biegu głównym limit uczestników (50 osób), powyżej limitu nie gwarantujemy otrzymania medalu pamiątkowego.

### **Pamiątkowe upominki**

- Każdy uczestnik, który ukończy bieg otrzyma posiłek regeneracyjny
- Medal pamiątkowy (pierwszych 200 osób)
- W biegu głównym statuetki za pierwsze trzy miejsca w kategorii kobiet i mężczyzn.

### **Postanowienia końcowe**

- Za wypadki zaistniałe na trasie biegu z winy zawodników lub osób towarzyszących organizator nie ponosi odpowiedzialności.
- Za rzeczy pozostawione bez opieki organizator nie ponosi odpowiedzialności.
- Pomoc medyczną w miejscu startu i mety zapewnia organizator.
- W sprawach spornych dotyczących biegu decyduje koordynator biegu – Robert Oskulski.
- Impreza odbędzie się bez względu na pogodę.
- Organizator nie ubezpiecza uczestników od nieszczęśliwych wypadków.
- Wszyscy uczestnicy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i nie będą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatora w razie zaistniałych zdarzeń losowych.
- Interpretacja niniejszego regulaminu należy wyłącznie do organizatora.
- Środki ostrożności dla uczestników:
  - Bieg tylko po wyznaczonej trasie
  - Uczestnik biegu ma obowiązek bezwzględnie podporządkować się poleceniom służb organizatora

.....  
*organizator*