



Giełczyn Biega

Regulamin „I Nocny Bieg z Latarkami w Giełczynie 2014”

Cel: Popularyzacja Giełczyna, amatorskiego biegania oraz spotkania się grupy przyjaciół i kolegów podczas pikników, przy grillu, ognisku i degustacji regionalnych specjałów. Biegi typowo koleżeńskie.

Organizator: Mariusz Pozdrawiam Niziński

Termin i Miejsce: biegamy tylko po nieutwardzonych ścieżkach kompleksu leśnego Czerwony Bór.

Zawody odbędą się 28 czerwca (sobota) 2014 GIEŁCZYN - Świetlica ul. Spokojna nr.12.

o godz. 22:00 bieg na 10 km .

Uczestnictwo: W biegu głównym na dystansie 10 km może wziąć udział każdy, kto ukończył 16 rok życia lub uzyska zgodę trenera, opiekuna lub rodziców. Dokona pełnej rejestracji : Imię Nazwisko, data urodzenia, dokona wyboru nagrody, adres zamieszkania, tel. lub email do kontaktu oraz dokona opłaty startowej na konto organizatora:

Mariusz Niziński 18-400 Łomża ul. Rycerska 5/7 nr. konta 62 1160 2202 0000 0001 7163 4010 lub osobiście.

Opłata wpisowa wynosi w zależności od terminu wpłaty:

50 zł do dnia 15czerwca 2014r. - decyduje data wpływu na konto

60 zł do dnia 22 czerwca 2014r. - po dniu 22 czerwca opłata wynosi 70zł. oraz 70zł w biurze zawodów.

Opłata dla osób towarzyszących wynosi 20zł. i w tej opłacie będzie przygotowany min. talon na ciepły posiłek.

Zawodnicy/osoby towarzyszące nie mające identyfikatorów nie będą wpuszczani na teren biura zawodów.

Opłata raz uiszczona nie podlega zwrotowi.

Dla zawodników zagranicznych opłata wynosi tylko 200zł.

Podczas biegu wszyscy zawodnicy muszą posiadać, numer startowy przymocowany do koszulki na klatce piersiowej, własne światło (latarka, czołówka), skracanie trasy powoduje dyskwalifikację, biegi odbywać się będą bez względu na pogodę, organizator nie odpowiada za rzeczy wartościowe pozostawione w świetlicy- choć ta na czas zawodów zostaje zamknięta na klucz. Pomieszczenia sanitarne nie posiadają pryszniców tylko umywalki. Do startu zostaną dopuszczone osoby, które posiadają aktualne badania lekarskie, lub podpiszą oświadczenie, że startują na własną odpowiedzialność.

Pakiet startowy i losowanie nagród przewidziany tylko dla zapisanych do tygodnia przed imprezą

– zapisy : pozdrawiam1958@wp.pl lub pod tel. 608 273 692

– regulamin dostępny: www.maratonypolskie.pl oraz www.kslomzanie.cba.pl

Ustne zapisy w dniu zawodów w godzinach od 20:00 do 21:45 na terenie zawodów – bez gwarancji otrzymania pakietu startowego oraz wzięcia udziału w losowaniu nagród. Zawodnicy z Giełczyna zwolnieni z opłaty startowej co nie zwalnia ich z wcześniejszego zgłoszenia się do zawodów, jeśli nie dokona zgłoszenia obowiązuje opłata startowa.

Program minutowy zawodów:

od godz. 20:00 otwarcie biura zawodów – świetlica w Giełczynie

o godz. 21:55 start honorowy z pod świetlicy

o godz. 22:00 start ostry skrzyżowanie ul. Leśna i ul. Jałowcowa

ok. godz. 24:00 dekoracja zwycięzców w kategorii oraz losowanie nagród.

ok. godz. 24:30 część piknikowa : rozpalenie ogniska – pieczenie kiełbasek – degustacja „regionalnych wyrobów” .

UWAGA o godz. ok.5:08 o wschodzie słońca może się odbyć bieg integracyjny na 10km „Biegając w stronę słońca” dla wszystkich chętnych – na zakończenie biegu wspólne śniadanie – o chęci uczestnictwa w takim biegu obowiązkowo trzeba zgłosić podczas dokonywanej opłaty startowej (chodzi o zagwarantowanie dodatkowego wyżywienia – świeże bułeczki, miód, ser żółty, twaróg oraz mleko lub kakao).

W biegu głównym prowadzona będzie również klasyfikacja wiekowa:

Panie i Panowie; I -16 -20; II – 21-29; III - 30- 39; IV - 40-49; V - 50-54; VI 55-59, VII - 60-64, VIII - 65-70, IX – 70 lat i starsi.

Nagrody w „I Nocnym Biegu z Latarkami w Gielczynie 2014” :

Każdy zawodnik bez względu na zajęte miejsce może zdecydować jaką chce otrzymać nagrodę podczas dekoracji. Nagrody do wyboru : miód, medal, puchar, nalewka lub inną nagrodę (do uzgodnienia z organizatorem) – oczywiście napis na medalu i pucharze będzie informował że dany zawodnik ukończył zawody a nie o zajęтым miejscu... o tym co się wybiera trzeba podać podczas dokonywanej opłaty. Dodatkowo zwycięzcy I-III w kat. wiekowych otrzymują miód organizatora – miód z Gielczyna ☺

Wszyscy uczestnicy zaproszeni są na Piknik z degustacją regionalnych produktów.

Dodatkowo wszyscy zawodnicy biorą udział w losowaniu nagród. Liczba nagród do losowania będzie niestety ograniczona – oczywiście organizator cały czas będzie wysyłał kupony lotto i jeśli tylko wygra liczba nagród będzie nieograniczona. Nagrody rzeczowe zostaną rozlosowane wśród uczestników , którzy ukończyli bieg i będą obecni podczas losowania. Nie wyklucza się nagród dodatkowych w zależności od hojności sponsorów. Lista nagród zostanie opublikowana. Nagrody gwarantowane : dla najstarszego uczestnika, dla zawodnika, który w dniu zawodów przyjedzie z najdalszego zakątka Polski, dla ostatniego zawodnika na mecie.

Dodatkowa nagroda - SPECJALNA koszulka techniczna z napisem własnego pomysłu dla zawodników którzy w 2014 roku wezmą udział w 4 imprezach z listy zawodów organizowanych w Gielczynie:

23.03.2014r - „ I Wiosenny Bieg po Miód”

31.05.2014r. „ II Leśny Półmaraton”

28.06.2014r. – „ I Nocny Bieg z Latarkami” start o godz. 22:00

30.08.2014r. – „ III Leśny Półmaraton”

Koszulki techniczne z napisem będą wręczone w dniu 26.10.2014r. na – „ II Jesiennym Bieg po Nalewkę”

Wszystkie imprezy są organizowane tylko i wyłącznie ze środków własnych organizatora oraz opłat wniesionych przez uczestników dlatego proszę się nie dziwić, że są tak skromne i nie ma ufundowanych nagród finansowych/rzeczowych np. dla zwycięzców. Oczywiście gdyby uczestnik chciał ufundować nagrody – to proszę bardzo – zapraszam.

Organizator nie zapewnia noclegów (choć oczywiście można sobie zagwarantować nocleg np. w bazie agroturystycznej w Gielczynie lub okolicach) jednak można zabrać ze sobą namioty, śpiwory lub inne dowolne rzeczy by w miarę komfortowo spędzić noc podczas imprezy piknikowej.

Niniejszy regulamin może być rozszerzony i dodane dodatkowe punkty – w sprawach spornych decyzje podejmuje Komisja Sportowa złożona z przedstawicieli organizatorów imprezy.

Ps. najprawdopodobniej jest to pierwsza i ostatnia edycja biegu na dystansie 10km w roku następnym bieg będzie miał nazwę „Maraton Nocny na raty- trzy razy po 14 km”



Gielczyn Biega



Gmina Łomża

