

IV BIEG PZ CARITAS

„W zdrowym ciele zdrowy duch”

JEDWABNO MAJ 2016

REGULAMIN

1. Organizatorzy

Parafialny Zespół Caritas przy parafii św. Józefa w Jedwabnie oraz Gmina Jedwabno

2. Cel

- promocja wolontariatu i zdrowego stylu życia
- popularyzacja biegania jako najprostszej formy aktywnego wypoczynku w duchu zasad fair play.

3. Termin i miejsce

Biegi odbędą się w dniu 01.05.2016 roku (niedziela) o godz. 13.00 na stadionie sportowym w Jedwabnie

Start i meta: stadion sportowy w Jedwabnie

Kolejność biegów z podziałem na kategorie wiekowe:

1. Kategoria przedszkolaki – 100 metrów – bieg w linii prostej po głównej płycie boiska (klasyfikacja oddzielna dla dziewcząt i chłopców)

2. Kategoria klas I szkoły podstawowej – 200 metrów – pół okrążenia stadionu (oddzielny bieg dla dziewcząt i chłopców)

3. Kategoria klas II–III szkoły podstawowej – 400 metrów – jedno okrążenie stadionu (oddzielny bieg dla dziewcząt i chłopców)

4. Kategoria klas IV szkoły podstawowej – 400 metrów – jedno okrążenie stadionu (oddzielny bieg dla dziewcząt i chłopców)

5. Kategoria klas V – VI szkoły podstawowej – 600 metrów – półtorej okrążenia płyty boiska (oddzielny bieg dla dziewcząt i chłopców)

6. Kategoria od 14 do 20 lat dziewczęta (gimnazjum, szkoła średnia) – 800 metrów – dwa okrążenia płyty boiska

7. Kategoria od 14 do 16 lat chłopcy – 1000 metrów – dwa i pół okrążenia płyty boiska

8. Kategoria od 17 do 20 lat chłopcy (szkoła średnia) – 1200 metrów – trzy okrążenia płyty boiska

9. Kategoria od 36 do bez ograniczeń wiekowych – kobiety 1800 metrów – trasa : po bieżni stadionu, dookoła szatni, do drzewa na drodze szutrowej i powrót na stadion (**2 okrążenia**) - trasa na mapce oznaczona na zielono

10. Kategoria od 36 do bez ograniczeń wiekowych – mężczyźni 1800 metrów – trasa : po bieżni stadionu, dookoła szatni, do drzewa na drodze szutrowej i powrót na stadion (**2 okrążenia**) - trasa na mapce oznaczona na zielono

11. Kategoria od 21 do 35 lat – kobiety – 2400 metrów – bieg przełajowy po: bieżni boiska, drogą szutrową po trójkącie obok tartaku, bieg kończy się na bieżni stadionu (na linii startu) - trasa na mapce oznaczona na czerwono

12. Kategoria od 21 do 35 lat – mężczyźni – 4800 metrów – bieg przełajowy po: bieżni boiska, drogą szutrową po trójkącie obok tartaku, uczestnicy biegu wykonują **2 okrążenia** całej trasy, bieg kończy się na bieżni stadionu (na linii startu) - trasa na mapce oznaczona na czerwono

13. Kategoria rodzinna mieszana – 800 metrów – z pałeczką sztafetową (**kobieta 400 metrów + mężczyzna 400 metrów**), bieg po bieżni stadionu

5. Zgłoszenia

Zgłoszenia do wzięcia udziału w biegu należy dokonać w Zespole Szkół w Jedwabnie (Pan Arkadiusz Kopeć) oraz w Gminnym Ośrodku Kultury w Jedwabnie **do dnia 30.04.2016 roku**.

Uwaga!!!! Dzieci i młodzież do lat 18 muszą przedstawić pisemne pozwolenie rodzica lub prawnego opiekuna. Pozwolenia na udział w biegu dostępne są w punktach, w których dokonuje się zgłoszenia.

6. Nagrody i upominki

W kategoriach wiekowych do 20 lat I, II i III pierwsza trójka z podziałem na płeć otrzymuje pamiątkowe medale i dyplomy. Ponadto każdy uczestnik tych kategorii otrzyma pakiet regeneracyjny tj. mały poczęstunek.

W kategoriach wiekowych od 21 roku życia pierwsza trójka z podziałem na płeć otrzymuje pamiątkowy puchar oraz dyplom.

Klasyfikacja prowadzona będzie indywidualnie dla kobiet i mężczyzn według wyszczególnionych wyżej kategorii.

7. Program zawodów

13:00 Oficjalne rozpoczęcie zawodów

Ok. 13:15 Pierwsze biegi

8. Pozostałe informacje

- każdy zawodnik po biegu otrzyma pakiet regeneracyjny,
- zawodnicy z IV kategorii na półmetku trasy otrzymają wodę mineralną,
- organizator zapewnia obsługę medyczną,
- organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione przez uczestników zawodów,
- sędziego głównego oraz pomocniczych zapewnia organizator, - w kwestiach spornych decyzję podejmuje sędzia główny i organizator,
- dorośli (pełnoletni) uczestnicy biorą udział w zawodach na własną odpowiedzialność,
- nieletni uczestnicy biorą udział w zawodach za zgodą i wiedzą rodzica lub prawnego opiekuna. Bez pisemnej zgody rodzica lub prawnego opiekuna zawodnik nie zostanie dopuszczony do biegu,
- za wypadki zaistniałe na trasie z winy zawodników organizator nie odpowiada.