

# Regulamin

## III Powiatowego Marszu Nordic Walking

### I. CELE

- Promocja aktywnego i zdrowego stylu życia wśród mieszkańców powiatu bialskiego pod hasłem „Każdy powie sport to zdrowie”.
- Integracja dynamicznie rozwijającego się regionalnego i ogólnopolskiego środowiska Nordic Walking.
- Promocja gmin będących organizatorami imprez jako miejsc przyjaznych dla rozwoju Nordic Walking.

### II. TERMIN i ORGANIZATORZY

- **Rokitno 26 maja 2018 roku**

### III. PROGRAM MINUTOWY IMPREZY

- 9<sup>30</sup> – osobista rejestracja uczestników
- 10<sup>00</sup> – oficjalne otwarcie imprezy
- 10<sup>15</sup> – rozgrzewka pokaz prawidłowej techniki
- 10<sup>30</sup> – start według kategorii wiekowej
- 13<sup>00</sup> – oficjalne ogłoszenie wyników.

Uczestnicy proszeni są o ustawienie w strefie startu na pięć minut przed startem poszczególnych kategorii.

### IV. DYSTANSE:

Uczestnicy zawodów III Powiatowego Marszu Nordic Walking startują na dystansie 5 km.

### V. ZGŁOSZENIA I OPŁATA STARTOWA

1. Rejestracja osobista w dniu imprezy: od godz. 9<sup>30</sup> do 9<sup>55</sup> dla wszystkich kategorii wiekowych.
2. **Uczestnicy dokonując rejestracji oświadczają, że biorą udział w imprezie na własną odpowiedzialność.**
3. **Rejestracja jest akceptacją niniejszego regulaminu.**
4. Uczestnictwo w III Powiatowym Marszu Nordic Walking jest bezpłatne.

### VI. ZASADY UCZESTNICTWA.

1. Podczas zawodów obowiązuje regulamin i przepisy zawodów sygnowane przez ORGANIZATORA.

2. Pomiar czasu i ustalenie kolejności zawodników na mecie odbędzie się w oparciu o pomiar ręczny.
3. W zawodach egzekwowana jest przez sędziów prawidłowa technika nordic walking. Zawodników obowiązuje stosowanie techniki fitness. Szczegółowe zasady zamieszczone są w regulaminie przepisów sędziowskich (regulamin dostępny w biurze zawodów).
4. Na wszystkich dystansach obowiązuje podział wg kategorii wiekowych na kategorie kobiet i mężczyzn.
5. Wszyscy uczestnicy muszą zostać zweryfikowani w Biurze Zawodów z dowodem tożsamości (dokument ze zdjęciem),
6. Każdy UCZESTNIK zobowiązany jest podpisać (w Biurze Zawodów) stosowne oświadczenie o starcie na własną odpowiedzialność.

**Uczestnicy (dzieci i młodzież), którzy nie ukończyli 18 roku życia, muszą posiadać pisemną zgodę rodziców lub opiekunów prawnych na udział w imprezie/załącznik do regulaminu/.**

7. Każdy uczestnik zobowiązany jest posiadać strój sportowy stosowny do warunków pogodowych. Zaleca się posiadanie własnych kijków do Nordic Walking, które będą WERYFIKOWANE W BIURZE ZAWODÓW (przy weryfikacji zawodnik zobowiązany jest do ich pokazania).
8. Podczas marszu wszyscy uczestnicy muszą mieć zapewnione przez organizatora 1 numery startowy, przymocowany do stroju sportowego w sposób widoczny dla sędziów. Zabrania się zasłaniania numerów startowych –zasłanianie ich grozi karą „dyskwalifikacji”
9. Uczestnik zobowiązany jest zapoznać się z regulaminem i przepisami zawodów oraz ich przestrzeganiem. Wypełnienie formularza zgłoszeniowego oraz oświadczenia jest jednoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych przez organizatora. Wszystkich Uczestników obowiązuje zasada „fair play”.
10. Uczestnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą marszu, zobowiązani są do zgłoszenia swojej rezygnacji sędziemu, opuszczenia trasy i zdjęcia numeru startowego.
11. O przynależności do danej kategorii wiekowej decyduje rok urodzenia (kategorie wiekowe należy interpretować następująco np. dzieci i młodzież które 31 grudnia roku, w którym są rozgrywane zawody, będą miały ukończone 18 lat).
12. W ramach zawodów zostaną sklasyfikowane niżej wymienione kategorie wiekowe i dystanse:

Kategorie wiekowe

**Dzieci** do 10 lat dziewczynki i chłopcy

**Kobiety** kat. 11 – 18 lat

19 – 35 lat

od 36 lat

**Mężczyźni** - OPEN

13. Na wszystkich dystansach obowiązuje podział na kategorie: Kobiet „K” i Mężczyzn „M”.

## VII. ŚWIADCZENIA

W ramach zawodów organizatorzy zapewniają, każdemu uczestnikowi:

- 1 numer startowy i zestaw agrafek
- dyplom okolicznościowy imprezy
- wodę w punktach nawadniania i na mecie

Zwycięzcy we wszystkich kategoriach wiekowych, osobno dla kobiet i mężczyzn, otrzymają za pierwsze trzy miejsca dyplomy i puchary.

## **VIII. WYRÓŻNIENIA**

- ogłoszenie wyników zawodów i przyznanie pucharów odbędzie się w dniu zawodów;
- zdobywcy miejsc I–III w każdym zawodzie otrzymują: puchary i dyplomy;

## **IX. TRASA ZAWODÓW**

1. Trasa zawodów będzie dokładnie i czytelnie oznakowana znakami pionowymi i poziomymi –znaki informujące pokonanie określonego dystansu minimum co 1 kilometr.
2. Pętla trasy będzie wynosiła 2,5 km, a plan trasy będzie dostępny w biurze imprezy.
3. Na pętli trasy będą się znajdowali sędziowie, dokonujący oceny techniki marszu NW zgodnie z regulaminem i przepisami imprezy.
4. Na pętli trasy będą zorganizowane „punkty nawadniania”.
5. Na trasie powinien znajdować się punkt pomocy medycznej / ratownik medyczny/. W przypadku kontuzji uczestnika, powiadamiana jest obsługa trasy, która informuje pomoc medyczną.

## **X. SZATNIE i DEPOZYT**

1. Za rzeczy pozostawione bez opieki, organizator nie ponosi odpowiedzialności.

## **XI. UBEZPIECZENIE**

1. Organizator posiada ubezpieczenie OC.
2. Organizator nie zapewnia uczestnikom ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków.

## **XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Regulamin imprezy oraz przepisy sędziowskie stworzone zostały na potrzeby III Powiatowego Marszu Nordic Walking
2. W imprezie uczestnicy stosują się do regulaminu organizatora.
3. Nieprzestrzeganie regulaminu może być powodem dyskwalifikacji.
4. Protesty należy składać w dniu imprezy do sędziego głównego, do 30 minut od chwili ogłoszenia wyników oficjalnych. Złożenie protestu równoznaczne jest z wpłatą kaucji wysokości 200,00 zł. W przypadku nie uznania protestu kaucja przepada.
5. Należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa przeciwpożarowego, ochrony przyrody oraz dbać o porządek w miejscu zawodów.
6. Wszelkie kwestie sporne rozstrzyga sędzia główny.
7. Wiążąca i ostateczna interpretacja Niniejszego regulaminu należy do organizatora.