



REGULAMIN

XXX Bieg Soczewka z BOP

Bieg główny na dystansie 11 km
Biegi dla dzieci na dystansach: 100 metrów, 500 metrów i 1 kilometra
Mistrzostwa Pracowników Basell Orlen Polyolefins na dystansie 11 km
Marsz Nordic Walking

Soczewka koło Płocka - 10 października 2010r.

I. CEL.

1. Popularyzacja i upowszechnianie biegania jako zdrowej i prostej formy sportu i wypoczynku.
2. Promocja różnorodnej aktywności fizycznej na świeżym powietrzu.
3. Propagowanie zdrowego stylu życia wśród dzieci młodzieży i dorosłych.
4. Promocja miejsc rekreacji i wypoczynku w pięknych krajobrazowo okolicach Płocka..

II. ORGANIZATOR.

Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej w Płocku,
ul. PCK 69, 09-400 Płock, tel. 608067970, 602329343.

III. WSPÓLORGANIZATORZY.

1. Basell Orlen Polyolefins Sp. z o.o.
2. Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego
3. Ścieżki Biegowe

IV. TERMIN I MIEJSCE.

10 październik 2010 (niedziela), Soczewka (koło od Płocka), start i meta zlokalizowane nad jeziorem Soczewka. Biuro zawodów mieści się w Ośrodku Wypoczynkowym „Nad Skrwą”(dawny ośrodek „Petrochemii”).

- 10:30 start do biegu dzieci na 100 m;
- 10:45 start do biegu dzieci na 500 m;
- 11:00 start do biegu dzieci na 1000 m;
- 11:30 start do biegu głównego na dystansie 11 km; (dwie pętle)
- 11:40 start Marszu Nordic Walking na dystansie 5,5 km (jedna pętla)
- 13.30 wręczenie nagród i uroczyste zakończenie imprezy

V. TRASA.

1. Bieg główny na dystansie około 11 km (bez atestu) odbędzie się na wyznaczonej trasie po alejkach wokół jeziora Soczewka oraz duktami okolicznych lasów. Trasa obejmuje 2 pętle. Przełajowy profil trasy oraz zmienna nawierzchnia uniemożliwia start osobom na wózkach inwalidzkich.
2. Biegi dziecięce i młodzieżowe odbędą się na wyznaczonej trasie po alejkach wokół jeziora Soczewka.
 - 100 m – dzieci do 6 lat (2004r. i młodsze);
 - 500 m – dzieci od 7 do 11 lat; (roczniki 2003-1999);
 - 1000 m – młodzież od 12 do 15 lat; (roczniki 1998-1995);
3. Konkurencja Nordic Walking odbędzie się na trasie biegu głównego na długości jednej pętli (około 5,5 km)

Limit czasu:

1. Limit czasu dla biegu głównego wynosi 2 godziny. Powyżej limitu zawodnicy nie będą klasyfikowani.
2. Zawodnicy, którzy zrezygnują lub nie ukończą biegu zobowiązani są do opuszczenia trasy i zdjęcia numeru. Zawodnik ponosi pełną odpowiedzialność za własne działania i zachowanie stosowne do przepisów ruchu drogowego oraz kodeksu cywilnego.

VI. UCZESTNICTWO.

1. W Biegu głównym prawo startu mają osoby, które ukończyły 16 lat. Osoby niepełnoletnie startujące w biegu głównym, zobowiązane są do przedstawienia pisemnej zgody rodzica (pełnoletniego opiekuna) na udział w zawodach.

2. Organizator ustala limit startujących w biegu głównym na 300 osób. O dopuszczeniu do biegu decyduje kolejność zgłoszeń. Za zgłoszenie uznaje się wypełnienie internetowego kwestionariusza zgłoszeniowego i wpłatę wpisowego na konto organizatora biegu. Organizator zastrzega zachowanie puli numerów startowych dla zaproszonych zawodników, członków TKKF Płock oraz Pracowników Basell Orlen Polyolefins. Zapisy będą również prowadzone w biurze zawodów w dniu imprezy.
3. W biegach dla dzieci mogą uczestniczyć osoby według określonych wyżej roczników po uzyskaniu pisemnej zgody rodziców lub opiekunów.
4. W marszu Nordic Walking mogą uczestniczyć wszyscy zarejestrowani w biurze zawodów, posiadający kijki niezbędne w tej dyscyplinie.
5. Wszyscy zawodnicy startujący w Biegu Soczewki muszą poddać się weryfikacji w Biurze Zawodów w Soczewce w **Ośrodku Wypoczynkowym „Nad Skrwą”** - w dniu zawodów w godz. od 9:30 do 11:00. Podczas weryfikacji zawodnicy muszą posiadać dowód tożsamości ze zdjęciem. Warunkiem dopuszczenia do biegu będzie przedstawienie przez uczestnika do weryfikacji zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w przedmiotowym biegu lub złożenie oświadczenia o zdolności do udziału w biegu podpisanego własnoręcznie (podstawa prawna: *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej w sprawie szczegółowych zasad i warunków prowadzenia działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej Dz.U. nr 101 poz. 1095 z dn. 12.09.2001*).
6. Decyzje lekarza dotyczące dopuszczenia do biegu i jego kontynuowania są ostateczne i nieodwołalne.
7. Sędzia Główny i Dyrektor Biegu mogą nie dopuścić zawodników do biegu lub nie pozwolić na jego kontynuowanie ze względów regulaminowych.
8. Uczestnicy imprezy biorą udział w biegu na własną odpowiedzialność i wskazane jest ubezpieczenie się na własny koszt od następstw nieszczęśliwych wypadków.
9. Uczestników Biegu obowiązuje niniejszy regulamin i przepisy PZLA.
10. Pracownicy Basell Orlen Polyolefins oraz ich dzieci aby zostać sklasyfikowanym w kategorii Mistrzostw Pracowników Basell Orlen Polyolefins muszą zaznaczyć ten fakt na karcie zgłoszenia.
11. Pomiar czasu i ustalenie kolejności będzie dokonywane elektronicznych chipów. Organizator nie pobiera kaucji za wypożyczony chip. **Zawodnicy zobowiązani są do zwrócenia chipa na mecie po ukończeniu biegu.** Osoby, które nie oddadzą chipa nie będą klasyfikowane.
12. Każdy zawodnik ma obowiązek zapoznać się z regulaminem biegu i jest zobowiązany do jego przestrzegania.
13. Pobranie numeru startowego przez zawodnika jest równoznaczne z akceptacją regulaminu biegu.

VII. ZGŁOSZENIA.

1. Biuro Organizacyjne XXX Biegu Soczewka znajduje się w Soczewce w Ośrodku Wypoczynkowym „Nad Skrwą” Zgłoszenia przyjmowane są: przez formularz zgłoszeniowy imprezy na stronie www.maratonypolskie.pl do dnia 6 października 2010r. lub osobiście w Biurze Zawodów dnia 10 października 2010r. w godzinach od 9:30 do 11:00.
2. Za zgłoszenie uważa się dostarczenie wypełnionego przez zawodnika formularza zgłoszenia i w przypadku Biegu głównego wpłacenie opłaty startowej w wysokości **20,00 zł**
3. **Start w biegach dla dzieci oraz marszu Nordic Walking jest bezpłatny**
4. W Biegu głównym z opłaty startowej zwolnieni są mieszkańcy Płocka, Pracownicy Basell Orlen Polyolefins, członkowie TKKF Płock oraz zawodnicy w wieku powyżej 70 roku życia. Aby skorzystać z bezpłatnego startu należy udokumentować przynależność do wymienionej wyżej grupy.
5. Opłata startowa nie podlega zwrotowi w żadnych okolicznościach.

Kwotę opłaty startowej należy przelać na konto bankowe organizatora biegu:
TOWARZYSTWO KRZEWIENIA KULTURY FIZYCZNEJ W PŁOCKU
ul. Polskiego Czerwonego Krzyża 69, 09-400 PŁOCK
ALIOR BANK nr: 46 2490 0005 0000 4500 1130 3930
do dnia 06.10.2010r. (data wpływu na rachunek)
lub wpłacić gotówką w Biurze Zawodów - w dniu imprezy.

6. W ramach wpisowego uczestnik otrzymuje:
- ciepły posiłek i napój po ukończeniu biegu;
 - medal (pod warunkiem ukończenia biegu zgodnie z regulaminem i zwrotu numeru startowego na mecie).

VIII. KLASYFIKACJE.

1. Bieg główny (11 km)

- generalna kobiet (sześć pierwszych zawodniczek),
- generalna mężczyzn (sześciu pierwszych zawodników),
- kategoria niepełnosprawnych (trzech pierwszych zawodników i trzy pierwsze zawodniczki)
- generalna Płocczanek (sześć pierwszych zawodniczek)
- generalna Płocczan (sześciu pierwszych zawodników)

Do kategorii Płocczan zaliczane będą osoby zamieszkałe w mieście Płock, urodzone w Płocku oraz reprezentujące płockie kluby biegowe.

- kategorie wiekowe kobiet i mężczyzn (trzy pierwsze osoby):

Kobiety

K 2: 16 – 29 lat
K 3: 30 – 39 lat
K 4: 40 – 49 lat
K 5: 50 – 59 lat
K 6: 60 lat i starsze

Mężczyźni

M 2: 16 – 29 lat
M 3: 30 – 39 lat
M 4: 40 – 49 lat
M 5: 50 – 59 lat
M 6: 60 lat i starsi

- klasyfikacja drużynowa (suma czasów pięciu najlepszych zawodników drużyny, warunkiem jest podanie przy zapisach jednobrzmiącej nazwy klubu)
- najmłodszy i najstarszy uczestnik biegu
- klasyfikacja Pracowników Basell Orlen Polyolefins (trzy pierwsze zawodniczki i trzech pierwszych zawodników)

Biegi dzieci i młodzieży:

- dzieci do 6 lat (2004r. i młodsze)
- dzieci od 7 do 11 lat; roczniki 2003-1999
- młodzież od 12 do 15 lat; roczniki 1998-1995
- dzieci Pracowników Basell Orlen Polyolefins w trzech powyższych kategoriach wiekowych

Marsz Nordic Walking (5,5 km)

Konkurencja rekreacyjna. Nie będzie ustalanej kolejności zawodników kończących marsz.

IX. NAGRODY.

1. Biegi dla dzieci
We wszystkich kategoriach wiekowych dzieci i młodzieży (oddzielnie dziewczęta i chłopcy) - za pierwsze 3 miejsca: nagrody rzeczowe, a dla pozostałych pamiątkowe medale.
 2. Biegi dla dzieci Pracowników Basell Orlen Polyolefins
We wszystkich kategoriach wiekowych dzieci i młodzieży (oddzielnie dziewczęta i chłopcy) - za pierwsze 3 miejsca: nagrody rzeczowe, a dla pozostałych pamiątkowe medale.
 3. W klasyfikacji generalnej mężczyzn:
I-III miejsce - puchary + nagrody finansowe
IV-VI miejsce - nagrody finansowe
 4. W klasyfikacji generalnej kobiet:
I-III miejsce - puchary + nagrody finansowe
IV-VI miejsce - nagrody finansowe
 5. W klasyfikacji niepełnosprawnych kobiet i mężczyzn:
I – III miejsce - I miejsce puchar, I-III miejsce nagrody rzeczowe lub finansowe
 6. W klasyfikacji Płocczan i Płocczanek:
I - VI miejsce - puchary + nagrody finansowe lub rzeczowe
 7. W klasyfikacji wiekowej kobiet i mężczyzn:
I – III miejsce - I miejsce puchar, I-III miejsce nagrody rzeczowe lub finansowe
 8. W klasyfikacji zespołowej:
I-III miejsce - puchary
- Punktacja zespołowa to suma czasów uzyskanych przez pięciu najszybszych zawodników tworzących zespół, którzy ukończą bieg w regulaminowym czasie. Miejsce pierwsze zajmuje zespół o najmniejszej sumie czasów, a miejsca drugie i trzecie zespoły zajmujące kolejne miejsca w tak utworzonym ciągu.
9. W klasyfikacji Pracowników Basell Orlen Polyolefins:
I miejsce - puchar + nagroda finansowa lub rzeczowa
II miejsce - puchar + nagroda finansowa lub rzeczowa
III miejsce - puchar + nagroda finansowa lub rzeczowa
 10. Marsz Nordic Walking kobiet i mężczyzn
Medal i upominek od sponsora dla każdego uczestnika.
 11. W klasyfikacji najmłodszy i najstarszy uczestnik biegu – puchary lub statuetki
 12. Wszyscy zawodnicy, którzy ukończą bieg zgodnie z regulaminem otrzymają medal.
 13. Zawodnikom, którzy otrzymają nagrody, zostanie potrącony podatek dochodowy od osób fizycznych, zgodnie z obowiązującymi przepisami podatkowymi.

X. KUMULACJA NAGRÓD.

1. Nagrody w klasyfikacji wiekowej nie kumulują się z nagrodami w klasyfikacji generalnej
2. Nagrody w klasyfikacji generalnej mogą kumulować się z nagrodami w klasyfikacji Płocczan

XI. ŻYWIENIE. .

Po ukończeniu biegu na mecie zawodnicy otrzymają: ciepły posiłek oraz napój.

XII. POSTANOWIENIA KOŃCOWE.

1. Bieg odbędzie się bez względu na warunki atmosferyczne.
2. Podczas biegu zawodnicy muszą posiadać numery startowe przypięte do koszulki z przodu na klatce piersiowej. Numery należy zwrócić na mecie.
3. Zawodnicy pokonujący dystans w sposób niedozwolony zostaną zdyskwalifikowani.
4. Zawodnicy wyrażają zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych dla potrzeb wewnętrznych organizatora, a także wyrażają zgodę na wykorzystanie ich wizerunku w materiałach informacyjnych i reklamowych imprezy.
5. Pisemne protesty przyjmuje Biuro Organizacyjne w terminie do 15 minut po zakończeniu biegu. Protesty będą rozpatrywane w czasie do 15 minut od ich zgłoszenia.
6. Wszelkie kwestie sporne dotyczące XXX Biegu Soczewka rozstrzyga Sędzia Główny, jego decyzje są ostateczne i niepodważalne.
7. Organizator nie ubezpiecza uczestników, którzy biorą udział w XX Biegu Soczewki, zawodnicy startują na własną odpowiedzialność i nie mogą wnosić żadnych roszczeń w stosunku do organizatorów w razie zaistnienia zdarzeń losowych podczas trwania imprezy.
8. Dyrektor Biegu zastrzega sobie możliwość zmian w regulaminie, o których zobowiązany jest poinformować wszystkich uczestników w formie komunikatów pisemnych wywieszonych na tablicy ogłoszeń obok Biura Zawodów, przed rozpoczęciem imprezy.

Sędzia Główny

Dyrektor Biegu